মজার খেলা
জাগলিং
অভয় মিত্র

Majar Khela Juggling

by

Abhoy Pada Mitra

প্রথম প্রকাশ ঃ

১লা বৈশাখ ১৪০৪ সন

১৪ই এপ্রিল ১৯৯৭ সাল

প্রকাশিকা ঃ

শ্রীমতী রীতা মিত্র

২, চড়ক ডাঙ্গা রোড

পোঃ উত্তরপাড়া

জিলা - হুগলী, পশ্চিমবঙ্গ

পরিবেশক ঃ

নিউ বেঙ্গল প্রেস (প্রাঃ) লিমিটেড

৬৮, কলেজ ষ্ট্রীট, কলিকাতা-৭০০ ০৭৩

প্রচ্ছদ ও অলংকরণ ঃ

শ্রীদেব ভট্টাচার্য্য

মুদ্রক ঃ

আর্কটিক প্রিন্টার্স (প্রাঃ) লিমিটেড,

১/বি, রামকৃষ্ণ দাস লেন,

কলিকাতা-৭০০ ০০৯

লেজার প্রিন্ট ঃ

জি, ডি, গ্রাফিক্স

৫/এ, বি. এন. রোড

পোঃ উত্তরপাড়া

জিলা - হুগলী

দাম ঃ পঞ্চাশ টাকা

উৎসর্গ

জাগলিং-এ আমার শিক্ষাগুরু আমার পরম শ্রদ্ধেয় পিতৃদেব ঁকালোসোনা মিত্র এবং জাগলিং-এর অনুশীলন ও প্রদর্শনে যাঁর উৎসাহ ও অনুপ্রেরণা আমাকে প্রতিষ্ঠার পথে এগিয়ে দিয়েছে—তিনি আমার পরমারাধ্যা মাতৃদেবী ঁতারকবালা মিত্র—তাঁদের স্মৃতির উদ্দেশে এই পুস্তক উৎসর্গ করলাম।

অভয়পদ মিত্র

॥ ভূমিকা ॥

পিতৃদেব আমার শিক্ষাগুরু। আমার আট বছর বয়সে তাঁর কাছে আমি বলের খেলা, ডিসের খেলা ইত্যাদি শিখেছিলাম। আমার দশ বছর বয়সে তাঁকে হারাই। পিতৃদেব গত হওয়ার পর আমার মাতৃদেবী আমাকে প্রত্যহ উপদেশ দিতেন, আমি যেন পিতার শেখানো খেলাটির অবলুপ্তি না ঘটাই। তাঁর প্রেরণায় এবং স্ত্রীর উৎসাহে আজ আমি দেশবিদেশে এই খেলা প্রদর্শন করে বহু সম্মান লাভ করেছি। খেলা দেখানোর সাথে সাথে আমরা তিন পুরুষ ধরে সারা ভারতবর্ষে জাগলিং প্রদর্শন করে লক্ষ লক্ষ দর্শকদের মনে আনন্দ দিয়ে আসছি। বর্তমানে আমার পুত্র-কন্যারা এই খেলায় প্রেরণা ও উৎসাহ পেয়ে নিজেদের দক্ষতা ও সফলতা লাভ করেছে। গ্রামে, গঞ্জে, নগরে, শহরে এই খেলা প্রদর্শন করে নিজেরাও যেমন আনন্দ পাচ্ছে, অপরকেও তেমন আনন্দ দিচ্ছে। জাগলিংকে আরও আকর্ষনীয় করার জন্য বৈচিত্রময় পোযাক পরিধান, চমক লাগানো নানা রংএর আলো ব্যবহার ও ভাল ভাল বাদ্যের সংযোজন করা হচ্ছে। একটি খেলার সাথে আর একটি খেলা যোগ করে সুন্দরতর করে তোলার ব্যবস্থা করা হচ্ছে। দর্শকদের জিজ্ঞাসু মন বুঝতে পেরেছি—তাঁরা বৈজ্ঞানিক পদ্ধতিতে জাগলিং শেখার কিছু পুস্তক চান। এই ধরণের পুস্তক জীবনের প্রথম দিকে আমি নিজেও খুঁজেছিলাম ; কিন্তু সেই সময় থেকে বর্তমান দিন পর্যন্ত জাগলিং বিষয়ের উপর এদেশের কোন পুস্তক আমার চোখে পড়েনি। গত বেশ কয়েক বছর ধরে বিভিন্ন মহলের বিভিন্ন জিজ্ঞাসু দর্শকের সঙ্গে কথা বলে বুঝেছি, জাগলিং শেখার জন্য পুস্তকের সত্যই প্রয়োজন আছে। তাঁদের প্রেরণা ও উৎসাহে ও নিজেরও তাগিদে আমি দীর্ঘদিন ধরে প্রচেষ্টা চালিয়ে জাগলিং শেখার এই পুস্তক প্রকাশ করলাম। স্কুলের ছাত্রছাত্রীদের কাছে এই বই পাঠ্যোপযুক্ত। কারণ, জাগলিং-এর মাধ্যমেই ছাত্রছাত্রীরা ধৈর্য্য মনঃসংযোগ, পরিশ্রম ও সুস্বাস্থ্য আয়ত্ত করতে পারে। তাই প্রতিটি স্কুলে এই বই সহায়ক পাঠ্যপুস্তকরূপে মনোনীত হলে বাধিত হব।

আমার মনে হয়, জাগলিং শিখতে উৎসাহী ও আগ্রহীদের এই পুস্তক প্রয়োজন মেটাতে পারবে। আর তাঁদের প্রয়োজন মেটাতে পারলেই আমার প্রচেষ্টা সার্থক হবে। পারফরমিং আর্ট-এর ক্ষেত্রে দর্শকই দেবতা। সেই দর্শক দেবতার করকমলে আমার শ্রদ্ধার্ঘ্য—এই পুস্তক তুলে দিলাম।

অভয়পদ মিত্র

"ঝুলন"
২, চড়কডাঙ্গা রোড,
উত্তরপাড়া, হুগলী, পশ্চিমবঙ্গ।
পিন - ৭১২২৫৮

॥ কৃতজ্ঞতা স্বীকার ॥

যাঁদের সহযোগিতায় আমি উৎসাহিত—

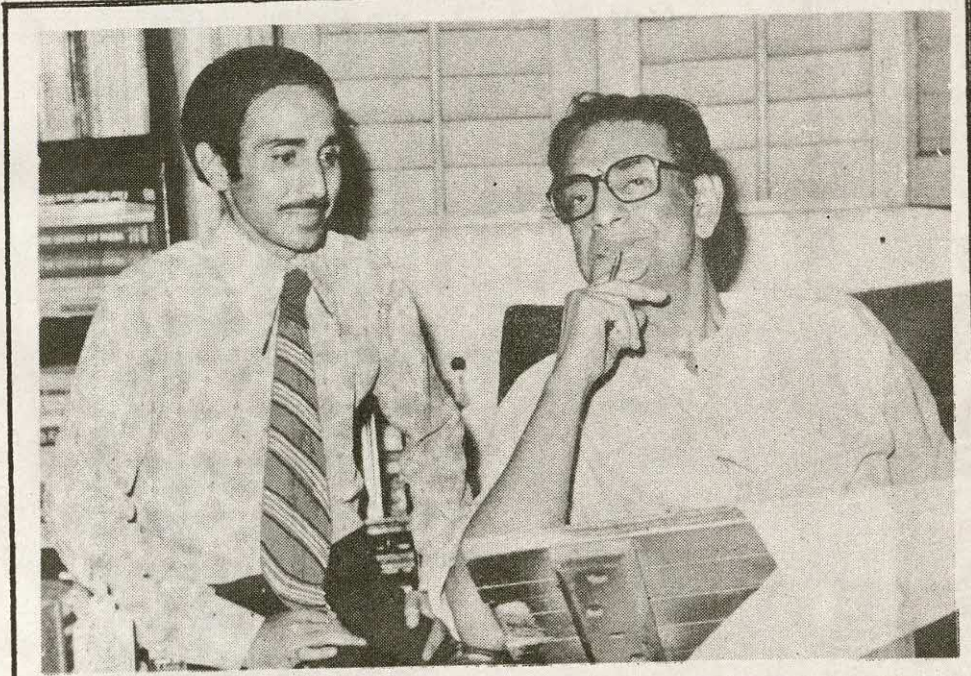
শ্রীমতী রীতা মিত্র

শ্রী দেব ভট্টাচার্য্য

শ্রী মৃণাল কান্তি বন্দ্যোপাধ্যায়

শ্রী অমিয় কুমার ঘোষ

অল ইণ্ডিয়া ম্যাজিক সার্কেলের তরফ থেকে
পি, সি, সরকার পুরস্কার প্রাপ্ত জাগলার
অভয়পদ মিত্র।

মাদার টেরেজার কাছ হইতে প্রশংসা পত্র গ্রহণ করছেন অভয়পদ মিত্র।

সত্যজিৎ রায়ের প্রোডাকশনে অভয়পদ মিত্র জাগলিং প্রদর্শন করেছেন।

সূচী

জাগলিং-এর ইতিহাস

জাগলিং এর সূত্রপাত যে কোন সময়ে হয়েছে তা নিয়ে বিতর্কের অবকাশ আছে। যদিও প্রাচীন মিশরীয়, গ্রীক ও রোমান মুদ্রায়, পান্ডুলিপিতে এবং ভাস্কর্যে আমরা এই অদ্ভুত বিদ্যার উল্লেখ পাই তবুও এই শিল্পের উদ্ভব হয় চীন দেশে। সপ্তদশ ও অষ্টাদশ শতাব্দীতে জাগলিং দেখা যেত খোলা আকাশের তলায়, মাঠে ময়দানে, মেলায় ও যাযাবরের তাঁবুতে। উনবিংশ শতাব্দীতে প্রথম জাগলিং দেখা যায় সার্কাসের চত্বরে। আমাদের দেশের দক্ষিণ ভারতীয়রা এই খেলায় পারদর্শিতা লাভ করেন।

বর্তমান ভারতে জাগলিং-এর প্রচার ও প্রসার দিন দিন বাড়ছে। পূর্বে রাজা মহারাজাদের রাজসভায় নাচ, গান, ছড়া, টপ্পা, ম্যাজিক, জাগলিং ইত্যাদির বহুল প্রচলন ছিল। বর্তমানে এই জাগলিং-এর মধ্যে আধুনিকতার ছোঁয়া লাগিয়ে মঞ্চে, টেলিভিশনে, সিনেমার পর্দায় তুলে ধরা হচ্ছে এমনকি এই আর্টকে বিদেশের মঞ্চে দেখিয়ে হাজার হাজার দর্শকের মনে আনন্দ দেওয়া হচ্ছে। জাগলার ও দর্শক উভয়েরই মন প্রসারিত হয়েছে মিলনের মাধ্যমে। উভয়েরই গতানুগতিক দৈনন্দিন জীবনের আবদ্ধতা কাটিয়ে একজন অপরকে কাছে টেনেছে, মানসিক আদান প্রদান ঘটেছে ও সম্পর্কের বুনিয়াদ জোরালো হয়েছে।

পরবর্তী কালে যুগের হাওয়ার সাথে খাপ খাইয়ে জাগলিং-এ এসেছে আধুনিকতার ছোঁওয়া। এসেছে পার্শ্বসঙ্গীত, রং-বেরং এর সাজপোষাক, আলোর জাঁকজমক। বাড়তি চমক হিসাবে এসেছে নানারকম রোমাঞ্চকর খেলা যা দর্শককে প্রায় রুদ্ধশ্বাস করে রাখে। কেউ দুচোখ রুমালে বেঁধে কানের পাশ দিয়ে তীরবেগে ছুঁড়ে দেন ধারালো ছোরা। কাঠের বোর্ডে পিঠ ঠেস দিয়ে দাঁড়ানো মানুষটির হাতের পাশ দিয়ে, দেহের পাশ দিয়ে গিঁথে দেন বেশ কয়েকটি ধারালো ছোরা। কেউ মাটি থেকে অনেক উঁচুতে টানটান দড়ির উপর এক চাকার সাইকেল চালিয়ে জাগলিং দেখান। কেউ অনেক উঁচুতে একটি ছোট্ট পাটাতনের উপর রোলার ব্যালেন্সে দাঁড়িয়ে নানারকম মজার মজার জাগলিং দেখান। তিন চারটি ছোট রবারের বল দুহাতে লোফালুফি করা, দুটি ছড়ির মাথায় দুটি ডিস দুহাতে ঘোরানো, ঐভাবে দুটি ছড়ির মাথায় দুটি ছোট কার্পেট ঘোরানো, একটি বোতলের উপর লাঠি, সেই লাঠির উপর ডিস ঘোরানো, ধারালো ছোরার উপর একটি লম্বা তরোয়াল রেখে ব্যালেন্স করা, দুটি ছড়ির সাহায্যে একটি মোটা লাঠিকে ঘোরানো, নাচানো, পাক খাওয়ানো, রঙিন রিবনকে হাতের কায়দায় বিভিন্ন আকারে নাচানো, ঘোরানো ও শূন্যে ভাসানো, ঘুরন্ত ছাতার মাথায় একটি ছোট রবারের বল ঘোরানো, তিনটি রঙিন টুপি দুহাতে এবং মাথার সাহায্যে লোফালুফি করা, তিনটি মুগুর একপাক করে ঘুরিয়ে দুহাতে লোফালুফি করা, আড়াই ফুট লম্বা একটি ছড়ির উপর ঘুরন্ত লাট্টুর খেলা, একটি ছোরার মাথায় ছড়ি ও তার মাথায় ঘুরন্ত প্লেটের খেলা, দুহাতে তিন চারটি ডিস ও দুহাতে তিন চারটি রিং লোফালুফির খেলা ইত্যাদি নানা ধরণের আকর্ষণীয় খেলা বর্তমানে ভিন্ন ভঙ্গিমায় অনুশীলন ও প্রদর্শন করা হচ্ছে।

জাগলিং প্রদর্শন ও তার জনপ্রিয়তা

জাগলিং একটি মজার খেলা ঃ

প্রাচীনকালে আমাদের দেশে রাজা বাদশাহদের সভায় পূজাপার্বনে, মেলায়, বনভোজনে, পথে মাঠে, গ্রামেগঞ্জে এই খেলা দেখানো হত। যদিও এই খেলা যাযাবরদের মধ্যেই বেশীরভাগ সীমাবদ্ধ ছিল তবুও এদেশে দক্ষিণ ভারতীয়রা জাগলিং অনুশীলন প্রথম শুরু করেন এবং প্রদর্শন করেন। বহু সার্কাসে তাঁরা জাগলিং এর কলাকৌশল প্রদর্শন করেন। বর্তমানে বাঙালীরাও এই ক্রীড়াকৌশলে পটু। বহু বাঙালী যুবক যুবতী জাগলিং অনুশীলন করেন, নানা স্থানে প্রদর্শন করে সমাদর লাভ করেন। সঙ্গে থাকে পার্শ্বসঙ্গীত, রং বেরং এর সাজ-পোশাক, আলোর জাঁকজমক।

বর্তমানে বিদেশী জাগলাররা আমাদের দেশে আসেন জাগলিং প্রদর্শন করতে। তিন চার জনের একটি দল গড়ে পাশ্চাত্য সঙ্গীত, রং বেরং সাজ পোষাক ও আলোর জাঁকজমকের মাধ্যমে তাঁরা সুন্দরভাবে জাগলিং প্রদর্শন করেন। বাড়তি চমক হিসাবে কোন কোন দল নাটকের মাধ্যমে জাগলিং প্রদর্শন করে দর্শকদের মন মাতিয়ে দেন। নানা রঙের জমকালো পোশাক পরিধান করে তাঁরা দর্শকদের মধ্যে চলে যান এবং দর্শকদের মাঝেই জাগলিং প্রদর্শন করেন। ফলে জাগলার ও দর্শক উভয়েরই মন আনন্দিত হয়। মানসিক আদান প্রদান ঘটে। সুন্দর প্রদর্শন হয়।

বর্তমানে পৃথিবীর বহুদেশে জাগলিং-এর প্রসার বেড়ে চলেছে। চীন, জাপান, গ্রীস, মিশর, ফ্রান্স, রাশিয়া, ভারত, জার্মানী প্রভৃতি দেশে জাগলিং-এর কদর আছে। সম্প্রতি জার্মানীতে জাগলিং-এর একটি বিরাট অনুষ্ঠান হয়ে গেল। সেই অনুষ্ঠানে পৃথিবীর বহু দেশের জাগলাররা যোগদান করে জাগলিং প্রদর্শন করেছেন। অনেকেই এই খেলায় অসামান্য পারদর্শিতার পরিচয় দিয়ে এই খেলার ইতিহাসে অমর হয়ে আছেন। পল সিনকুয়েডালীর মত দক্ষ জাগলার আজকের জাগলারদের কাছে অনুপ্রেরণা হয়ে আছেন। এনরিকো রাস্তেলী নামে এক কুশলী জাগলার একসঙ্গে দশটি বল লোফালুফির খেলা দেখাতে পারতেন যা কল্পনাও করা যায় না। চোখ ও মনের মেলবন্ধন ঘটিয়ে এইরকম বহু অসাধ্যসাধন করতেন এইসব বিখ্যাত জাগলাররা। আজকের জাগলাররা দেশে বিদেশে নতুন নতুন খেলা আবিষ্কারে মগ্ন এবং পুরানো খেলাকেই নতুন আঙ্গিকে আরও বেশী আকর্ষনীয় করে তোলার প্রচেষ্টায় রত। বিদেশে জাগলিং-এর জনপ্রিয়তা আজও অক্ষুন্ন শুধুমাত্র এই কারণেই। তাই ভালো জাগলার তৈরীর জন্য বিদেশে শৈশব থেকেই শিল্পী অনুসন্ধানে ধারাবাহিক প্রচেষ্টা লক্ষ্য করা যায়।

শৈশব থেকে অনুশীলনের ফলে বিদেশী জাগলাররা প্রদর্শন করতে পারেন ভ্রমশূন্য জাগলিং। এঁরা শুধুমাত্র নিজের দেশের গণ্ডীর মধ্যেই খেলা দেখিয়ে বেড়ান না। সারা বছর পৃথিবীর বিভিন্ন দেশে জাগলিং দেখিয়ে এঁরা আধুনিক জাগলিং-এর কৌশল একদিকে যেমন বিভিন্ন দেশ থেকে সংগ্রহ করেন, তেমনি চতুর্দিকে তা ছড়িয়েও দেন। আমাদের দেশেও প্রায়শঃই চীন, জাপান, রাশিয়া ফ্রান্স প্রভৃতি দেশ থেকে জাগলাররা জাগলিং প্রদর্শন করতে আসেন এবং তাঁদের সঙ্গে আমাদের ভাবের আদান প্রদান ঘটে। জাগলিং এখন কোনো বিশেষ দেশের মধ্যে সীমাবদ্ধ নয় — জাগলিং-এর ক্ষেত্র এখন সারা পৃথিবী জুড়ে।

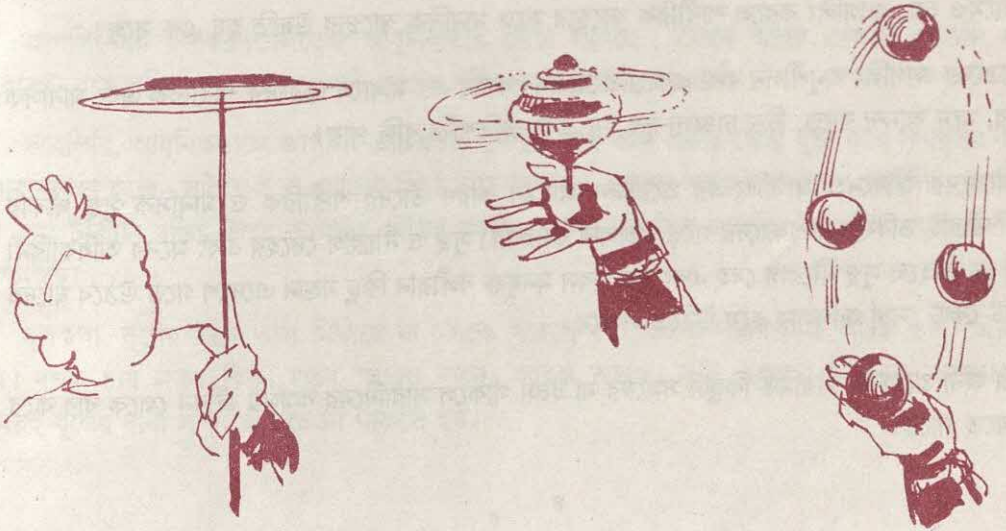
জাগলিং ও বিজ্ঞান

জাগলিং বিজ্ঞানের উপর নির্ভরশীল। একটি বল যখন উপর দিকে ছোঁড়া হয়, মাধ্যাকর্ষন শক্তির বলে বলটি নীচের দিকে নেমে আসে। দু হাতে চার পাঁচটি বল যখন লোফালুফি করা হয় তখন প্রত্যেকটি বলই তার গতিতে ওঠে এবং নামে।

বৈদ্যুতিক পাখার মধ্য দিয়ে তড়িৎ প্রবাহ করলে পাখাটি যেমন ঘুরতে থাকে। একটি ডিসকে একটি ছড়ি দিয়ে ঘোরালে ডিসটি তেমন ঘুরতে থাকে। এখানে গতিশক্তি উৎপন্ন হয়। ঐ ছড়িটি ক্রমশঃ ঘুরন্ত ডিসের মধ্য বিন্দুতে নিয়ে এলে ডিসটি ছড়ির মাথায় আপন গতিতে বন্‌বন্ করে ঘুরতে থাকে। ছড়িটি মাটিতে পুঁতে দিলেও ডিসটি ছড়ির ডগায় ঘুরতে থাকবে। তখন জাগলিং-এ বিজ্ঞান কাজ করে।

দুটি ছোট ছড়ি দুহাতে ধরে যখন একটি বড় লাঠিকে ঘোরানো হয় তখন ঐ লাঠিটি আপন গতিতে ঘুরতে থাকবে। ডান হাতের ছড়ি দিয়ে লাঠিটিকে এমনভাবে ঠেলে দিতে হবে যাতে লাঠিটি বাঁ হাতের ছড়ির উপর এসে পড়ে। আবার বাঁ হাতের ছড়ি দিয়ে লাঠিটিকে এমনভাবে ঠেলে দিতে হবে যাতে লাঠিটি ডান হাতের ছড়ির উপর এসে পড়ে। লাঠির এই ঘূর্ণী সম্পূর্ণ বিজ্ঞানভিত্তিক।

বৈদ্যুতিক হিটারের মধ্য দিয়ে তড়িৎ প্রবাহ করলে হিটারের তার যেমন উত্তপ্ত হয়, একটি লেত্তির সাহায্যে একটি লাট্টুকে ঘুরিয়ে হাতের তালুর উপর রাখলে ঘুরন্ত লাট্টুর গতিশক্তির বলে হাতের তালু তেমন উত্তপ্ত হয়।

জাগলিং-এ যে সমস্ত খেলাগুলি অনুশীলন ও প্রদর্শন করা হয় সেই সমস্ত খেলাগুলিই বিজ্ঞানভিত্তিক।

জাগলিং শেখার যোগ্যতা

জাগলিং শিখতে হলে নিম্নলিখিত যোগ্যতা ও সতর্কতা অর্জন করার প্রয়োজন। নচেৎ জাগলিং প্রদর্শনের সময় খেলায় পারফেকশন আনা যায় না।

(১) চোখ ও মনকে এক জায়গায় স্থিরভাবে বেঁধে রাখা এবং অন্যমনস্ক না হওয়া।

(২) দুটি পা একটু ফাঁক করে নিজের শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে জাগলিং অনুশীলন ও প্রদর্শন করা।

(৩) নিঃশ্বাস প্রশ্বাস স্বাভাবিক রাখা।

(৪) খেলাটি প্রদর্শনের সময় মুখে সর্বদা হাসি রাখা।

(৫) শরীর সুস্থ ও সবল রেখে কনুই ভাঁজ করা এবং কব্জি ঘোরানো।

(৬) মনে প্রচুর সাহস আনা এবং ইচ্ছাশক্তি বাড়ানো।

(৭) প্রত্যহ স্কিপিং করে শরীরে ফিট্‌নেশ বজায় রাখা।

সুস্থ নীরোগ দেহ নিয়ে বেঁচে থাকার জন্য সর্বাগ্রে প্রয়োজন সুস্থ মনের। দেহে নানা রকম রোগের সৃষ্টি হতে পারে যদি মনে আনন্দ না থাকে। তাই কোন না কোন উপায়ে মনে আনন্দ বাড়াবার প্রয়োজন। জাগলিং-এর মাধ্যমেও মনে আনন্দ বাড়ানো যায়। তাই সুস্থ ও সুন্দরভাবে বেঁচে থাকার জন্য আমাদের উচিত শান্ত মনে, আনন্দ সহকারে প্রতিদিন কিছু জাগলিং অনুশীলন করা।

শরীর সুস্থ এবং কর্মক্ষম রাখার জন্য সুষম খাদ্যের সঙ্গে প্রয়োজন নিয়মিত ব্যায়ামের। ব্যায়াম জাগলিং -এর মাধ্যমেও হয়। জাগলিং করলে শারীরিক স্বাস্থ্যের সঙ্গে মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নতি হয় এক সঙ্গে।

ছাত্রদের জাগলিং অনুশীলন করা একান্ত প্রয়োজন। কারণ এর মাধ্যমে ছাত্রদের শারীরিক এবং মানসিক উন্নতি হয়, মনে আনন্দ বাড়ে, চিত্ত চাঞ্চল্য দূর হয় এবং স্মৃতিশক্তি বৃদ্ধি পায়।

মেয়েদের জীবনেও জাগলিং-এর প্রয়োজন আছে। কারণ তাঁদের শারীরিক ও মানসিক সুস্থ থাকার প্রয়োজন। তাঁরাই ভবিষ্যৎ বংশধরদের গড়ে তোলার কারিগর। সুস্থ ও নীরোগ দেহের এবং মনের অধিকারিনী তাঁরা যদি হন তাহলে সুস্থ নীরোগ দেহ এবং সুস্থ সবল মনযুক্ত বলীয়ান কিছু সন্তান এদেশে গড়ে উঠবে যাদের মধ্যে কেউ কেউ সেরা জাগলার হয়ে উঠতে পারবে।

এর জন্য প্রয়োজন নিয়মিত কিছুটা সময়ের যা ইচ্ছা থাকলে সারাদিনের কর্মময় জীবন থেকে বার করে নেওয়া যেতে পারে।

জাগলিং-এ আধুনিক আঙ্গিকের প্রয়োগ

জাগলিং আমাদের দেশের প্রাচীন খেলা। পুরাকালে এই খেলা যাযাবরদের মধ্যেই সীমাবদ্ধ ছিল। পথে-ঘাটে, বনভোজনে ও পূজাপার্বনে এই খেলা দেখা যেত। পরে এই খেলা সার্কাসের চত্বরে আসে। বর্তমানে পৃথিবীর বহু উন্নত দেশেই এই খেলার জনপ্রিয়তা উল্লেখযোগ্যভাবে বৃদ্ধি পেয়েছে এবং স্বাভাবিক কারণেই সেখানে এই খেলার প্রসার দ্রুত ঘটছে। যুগের তালে তাল মিলিয়ে খেলাটিতে এসেছে নানাবিধ জাঁকজমক।

আধুনিককালে জাগলিং শুধুমাত্র শারীরিক কলাকৌশলের ঘেরাটোপে বাঁধা পড়ে নেই। জাগলিংকে চোখ ধাঁধানো খেলায় রূপান্তরিত করার জন্যে আধুনিকতম সাজসরঞ্জাম প্রযুক্ত হচ্ছে। আঙ্গিকের বিষয়টি এতদিন খুব একটা প্রাধান্য পেতনা। কিন্তু বর্তমানে আঙ্গিকের জৌলুস জাগলিং-এর আকর্ষণ বহুলাংশে বাড়িয়ে দিয়েছে।

জাগলিং প্রদর্শনকালে বিবিধ বাদ্যের প্রয়োগ খেলাটিকে বহুক্ষেত্রেই রোমহর্ষক করে তোলে। একটি বিপজ্জনক খেলায় দর্শক যখন প্রবলভাবে উৎকণ্ঠিত, তখন ঐ খেলাটিতে যদি ভালো "সাসপেন্স মিউজিক" যুক্ত হয়, তবে খেলাটির আকর্ষণ বহুলাংশে বৃদ্ধি পায় এবং খেলাটি অনায়াসেই দর্শকদের রোমাঞ্চিত করে।

উজ্জ্বল, ঝলমলে, সাটিন বা জরি বসানো পোশাক পরে জাগলিং দেখাতে এলে, খেলার আগে পোশাকেই দর্শকের মন কেড়ে নেয়। আসলে এখন এমন এক সময় যখন "পহলে দর্শনধারী, পরে গুণ বিছাড়ি" প্রবাদ বাক্যটি "পারফরমিং আর্ট"-এর প্রতিটি ক্ষেত্রেই প্রাধান্য পাচ্ছে। তাই পোশাকের চটক সর্বাগ্রে প্রয়োজন।

আলোর বৈচিত্র্য জাগলিং এর প্রতিটি খেলাতে আলাদা মাত্রা এনে দেয়। তাই আধুনিক জাগলার রঙ-বেরঙের আলোর সাহায্যে জাগলিংকে সুন্দরভাবে দর্শকদের কাছে তুলে ধরে।

জাগলিং-এর উপকরণগুলিতেও আধুনিকতার ছোঁয়া লাগছে ; যেমন বলের খেলায় বলগুলি যদি ফ্লুওরেসেন্ট রঙে রঞ্জিত হয় তবে খেলাটি অত্যন্ত দৃষ্টিনন্দন হয়ে উঠতে পারে।

সর্বোপরি, আধুনিককালে জাগলিং-এর একটি খেলার সঙ্গে অন্য একটি খেলা যুক্ত করে সুন্দরতর করে তোলার ব্যবস্থা হচ্ছে। সাইকেল বা ঘোড়ার পিঠে চড়ে জাগলিং, রোলার ব্যালেন্সের উপর জাগলিং, ঘরাঞ্চির উপর এবং টানটান দড়ির উপর জাগলিং, বিভিন্ন কসরৎ প্রদর্শন আধুনিক জাগলিংকে অধিকতর আকর্ষণীয় করে তুলছে।

মূলকথা, যুগের সঙ্গে তাল মিলিয়ে না চলতে পারলে যে কোনো পারফরমিং আর্টই তার জৌলুস হারায়। দর্শক চায় নতুন কিছু। নতুন, আরও নতুন। আরও আরও। তাই একজন আধুনিক জাগলারকে সবসময়ই যুগের দাবী সম্পর্কে সচেতন থাকতে হয়।

বালক-বালিকা ও কিশোর-কিশোরীদের জন্য জাগলিং

জাগলিং একটি সুন্দর ও আকর্ষনীয় খেলা। এই খেলা ছোটদের কাছে টানে। তা দেখার জন্য ছোটরা আগ্রহী হয়। তারা প্রথমে জাগলিং এর সহজ সহজ খেলাগুলি শিখতে চায়। যেমন- বল লোফালুফির খেলা, ছড়ির মাথায় ডিস ঘোরানোর খেলা, রিবন ড্যান্সিং এর খেলা ইত্যাদি। খেলাটি শিখে তাঁরা প্রদর্শন করতেও চায়।

জাগলিং নিছক খেলা নয়। এই খেলায় একদিকে যেমন মজা আছে, অন্যদিকে তেমন এই খেলাই শারীরিক ও মানসিক দক্ষতার পূর্ণ বিকাশ ঘটায়। অল্প বয়স থেকে শরীরকে সুস্থ ও সবল রাখতে এবং মনকে দৃঢ় করার জন্য জাগলিং এর প্রয়োজনীয়তা অপরিহার্য। শিশুকাল থেকে নিয়মিত জাগলিং অনুশীলন করলে পরিণত বয়সে অনায়াসে হাত-পা নাড়ানো ঘোরানো সম্ভব হয়। শরীর সুস্থ সবল হয়, মনের একাগ্রতা বাড়ে এবং দৈহিক জড়তাও দূর হয়। জাগলিং-এর খেলাগুলি শেখা একবারেই শক্ত নয়। মনোযোগ নিবদ্ধ করে নিয়মিত অনুশীলন করলে খেলাগুলি শিখতে সময় বেশী লাগে না।

ধৈর্য্য ধরে প্রতিদিন কিছু না কিছু জাগলিং অনুশীলন করলে নিজের মনে যেমন আনন্দ পাওয়া যায় প্রদর্শনের সময় অপরের মনেও তেমন আনন্দ দেওয়া যায়। জাগলিং শেখার ইচ্ছা থাকলে ঠিকমত মনোযোগ দিয়ে অনুশীলন করলে তাড়াতাড়ি শিখে ফেলা যায়। মনে আস্থাও তৈরি হয়। জাগলিং-এ প্রয়োজন হয় স্থির মনের। কারণ মনকে স্থির করতে না পারলে জাগলিং খেলায় সাফল্য লাভ করা যায় না এবং খেলাতে পারফেকশন আনা যায় না। খেলায় দক্ষতা প্রকাশ পেলে হাজার হাজার সাধারণ দর্শকের সামনে জাগলিং খেলা দেখানো সম্ভবপর হয়।

বাল্যকাল থেকে যদি কেউ জাগলিং করে তাহলে তার শরীরে রোগের জীবানু বাসা বাঁধতে ভয় পায়। তবে এই বিষয় স্মরণ রাখতে হবে যে জীবনে চলার পথে প্রতিটি পদক্ষেপে শিক্ষাগুরুর প্রয়োজন রয়েছে। উপযুক্ত শিক্ষাগুরুর তত্ত্বাবধানে এবং তাঁর নির্দেশ অনুযায়ী জাগলিং শিক্ষা ও অনুশীলন করা উচিত।

পৃথিবীতে মহিলারা আজকের দিনে কোন অংশে পিছিয়ে নেই। বর্তমানে আমাদের দেশে মহিলারা শুধু অন্দরমহলের কাজে ব্যস্ত না থেকে পুরুষদের সঙ্গে সকল কাজের সঙ্গিনীরূপে এগিয়ে গেছেন। সকল কাজে সমান অধিকার রেখে মহিলারা দেশের কাজে ব্রতী হয়েছেন। তাই সর্বাগ্রে লেখাপড়ার সঙ্গে সঙ্গে শরীরচর্চার প্রয়োজন। মহিলাদের দেহে যাতে জড়তা না আসতে পারে তার জন্য শৈশবকাল থেকে জাগলিং খেলা নিয়মিত অভ্যাস করা একটি উপায়। মহিলাদের পক্ষে ঘরে ঘরে এই খেলা চালু করলে উপকার ছাড়া কোন অপকার আছে বলে মনে করি না। বরং এই খেলার ফলে রোগ-প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি পায়। হৃদপিন্ড, ফুসফুস ও পরিপাক যন্ত্র প্রভৃতি সুস্থ থাকে। মহিলাদের কর্মক্ষমতা বাড়ে এবং তাঁরা দেহসৌষ্ঠব লাভ করেন।

বল লোফালুফির খেলা

জাগলার দুটি ছোট সাইজের রবারের বল ডান হাতের তালুতে রেখে দেড় ফুট উঁচুতে একটির পর একটি ছুঁড়ে দিচ্ছেন আর বল দুটি গোলাকারে ঘুরে যাচ্ছে। কখনও তিনটি বল নানা ভঙ্গিমায় লোফালুফি করছেন। কখনও একটি বল ভেতর দিক দিয়ে আসছে, কখনও পাশের দিক দিয়ে ঘুরছে। আবার কখনও গোলাকারে তিনটি বল ঘুরে যাচ্ছে। শুধু তাই নয় দুহাতে চারটি বল অনায়াসে টপাটপ লুফে যাচ্ছেন। জাগলার মাঝে মাঝে হাঁটু গেড়ে বসে নানা ভঙ্গিমায় বলগুলি দুহাতে লোফালুফি করে যাচ্ছেন। বলগুলিও জাগলারের হাতে ওঠা নামা করছে অনায়াসে।

খেলার উপকরণ

মাত্র চার রং এর চারটি ছোট সাইজের রবারের শক্ত বল।

বল কিরকম হওয়া দরকার

ছোট সাইজের শক্ত রবারের বল হওয়া দরকার। শক্ত রবারের বল নিয়ে অনুশীলন করার একমাত্র উদ্দেশ্য হচ্ছে যাতে বলটি হাতের তালুতে পড়ে হাতেই থাকে, লাফিয়ে যেন আশে পাশে ছিটকে পড়ে না যায়। এই ধরণের বল আমাদের দেশে অনেক দোকানেই পাওয়া যায়।

কিভাবে শিখতে হবে

একটি ছোট সাইজের রবারের বল ডান হাতের তালুতে আর একটি বল বাঁ হাতের তালুতে ধরতে হবে। তারপর ডান কাঁধ থেকে হাতটি নীচের দিকে নামিয়ে কনুই থেকে বাহুটি সামনের দিকে বাড়িয়ে দিয়ে বলটি প্রায় দেড় ফুট উঁচুতে ছুঁড়ে দিতে হবে। উপর থেকে বলটি নীচের দিকে নামলে ঐ

ডান হাতেরই পাঁচটা আঙুল দিয়ে বলটিকে ভালভাবে লুফে নিতে হবে। এইভাবে ডান হাতের বল ডান হাত দিয়েই দশবার অনুশীলন করতে হবে। ঐ একই পদ্ধতিতে বাঁ হাতের বলটি বাঁ হাতেই লোফালুফি করতে হবে দশবার। এই ফিগারটি যখন রপ্ত হয়ে যাবে তখন একসঙ্গে দুটি বল প্রায় দেড় ফুট উঁচুতে ছুঁড়ে দিয়ে ডান হাতের বল ডান হাতে এবং বাঁ হাতের বল বাঁ হাতে লুফে নিতে হবে। এই ফিগারটি যখন পুরোপুরি আয়ত্তে এসে যাবে, তখন ডান হাতের তালুতে দুটি বল ধরে একের পর এক ঐ দেড় ফুট উঁচুতে ছুঁড়ে দিতে হবে গোলাকারে এবং একটির পর একটি লুফে নিতে হবে। লক্ষ্য রাখতে হবে একটি বলের সঙ্গে আর একটি বল যেন ধাক্কা লেগে না যায়। ঠিক ঐ একই পদ্ধতিতে বাঁ হাতে অনুশীলন করতে হবে। বল দুটি গোলাকারে ঘোরালে একটির সঙ্গে অপরটির ধাক্কা লাগার কোন সম্ভাবনা থাকে না।

এবার তিনটি বল দু হাতে কিভাবে খেলতে হবে

ডান হাতের তালুতে দুটি বল এবং বাঁ হাতের তালুতে একটি বল ধরে ডান হাতের প্রথম বলটি প্রায় দেড় ফুট উঁচুতে এমনভাবে ছুঁড়ে দিতে হবে যাতে ডান হাতেই এসে পড়ে। প্রথম বলটি ডান হাতে এসে পড়বার আগেই ডান হাতের দ্বিতীয় বলটি ঐ একই উচ্চতায় এমনভাবে ছুঁড়ে দিতে হবে যাতে বলটি বাঁ হাতের তালুতে এসে পড়ে। দ্বিতীয় বলটি বাঁ হাতে এসে পড়ার আগেই বাঁ হাতের তৃতীয় বলটি ঐ একই উচ্চতায় ছুঁড়ে দিতে হবে যাতে বলটি ডান হাতের তালুতে এসে পড়ে। সব সময়ই একটি বল শূন্যে ভাসমান অবস্থায় থাকে। লক্ষ্যটি থাকবে ঐ দেড়ফুট উচ্চতায়, যে উচ্চতা পর্যন্ত বলগুলি উঠছে তার উপর। এইভাবে প্রথম, দ্বিতীয় ও তৃতীয় বল দু হাতে লোফালুফি করতে হবে।

চারটি বল দুহাতে কিভাবে খেলতে হবে

ডান হাতের তালুতে দুটি বল এবং বাঁ হাতের তালুতে আরো দুটি বল ধরে প্রথমে ডান হাতের দুটি বল ডান হাতেই গোলাকারে লোফালুফি করতে হবে। দশবার করার পর বাঁ হাতের দুটি বল ঐ একই উচ্চতায় বাঁ হাতেই গোলাকারে লোফালুফি করতে হবে। এইভাবে যখন খেলাটি পুরোপুরি আয়ত্তে এসে যাবে, তখন ডান হাতের দুটি বল ডান হাতেই এবং বাঁ হাতের দুটি বল বাঁ হাতেই একসঙ্গে লোফালুফি করতে হবে। কনুই দুটিকে ভাঁজ করে দু কাঁধ থেকে দুটি হাত একই তালে ঘোরাতে হবে। ডান হাতের দুটি বল ডান হাতেই বাঁ হাতের দুটি বাঁ হাতেই গোলাকারে ঘোরাতে হবে। এই পদ্ধতিতে চারটি বল দুহাতে খেলতে হবে। চোখের লক্ষ্যটি থাকবে ঐ দেড়ফুট উচ্চতায়। এই ফিগারটি করার সময় সর্বদা লক্ষ্য রাখতে হবে যেন কোন বলের সঙ্গে কোন বল ধাক্কাধাক্কি না লাগে এবং বলগুলি যেন মাটিতে না পড়ে যায়।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা

বল লোফালুফি খেলার সময় যখন বলগুলিকে উপর দিকে ছুঁড়ে দেওয়া হয় তখন মাধ্যাকর্ষণ শক্তির টানে প্রতিটি বল নীচের দিকে নেমে আসে। এই আকর্ষণীয় শক্তির জন্য অবশ্যই খেয়াল রাখতে হবে যাতে প্রতিটি বল একই উচ্চতায় ছোঁড়া যায়। তাহলে ঠিকমত বলগুলি পরপর হাতের তালুতে নেমে আসবে।

ঘুরন্ত ছাতার মাথায় বলের খেলা

জাগলার একটি ছাতার হাতলটিকে দু হাতের দশটি আঙ্গুল দিয়ে ঘুরিয়ে চলেছেন বন বন করে। আর ছাতাটির মাথায় একটি রবারের রঙিন বল গড়িয়ে চলেছে, সমান তালে সমান গতিতে। সবচেয়ে মজার ব্যাপার বলটি এদিকে ওদিকে বা নীচে ছিটকে পড়ে যাচ্ছে না। দিব্যি ছাতার মাথায় ঘুরে বেড়াচ্ছে। জাগলার মাঝে মাঝে ঝাঁকানি দিয়ে বলটিকে শূন্যে ছুঁড়ে দিয়ে পরক্ষণেই ঘুরন্ত ছাতাটির মাথা দিয়ে তাকে লুফে নিচ্ছেন। বলটিও যেন ছাতার মাথায় আঠার মতো লেগে আছে। মুখে হাসি ফুটিয়ে আর ঘুরন্ত বলের দিকে লক্ষ্য রেখে জাগলার মজা করে খেলাটি করে চলেছেন।

খেলার উপকরণ

(১) ষোল শিকের একটি ফ্ল্যাট ছাতা যার হাতলটা হবে সোজা।

(২) একটি ছোট রঙিন রবারের বল।

কিভাবে খেলতে হবে

ফ্ল্যাট ছাতার সোজা হাতলটিকে দু হাতের দশটি আঙুল দিয়ে বাঁ দিক থেকে ডান দিকে Clockwise ঘোরাতে হবে। এবার বাঁ হাতে ছাতাটি ঘেরাতে ঘোরাতে ডান হাত দিয়ে ঘুরন্ত ছাতার মাথায় রবারের বলটিকে আস্তে করে বসিয়ে দিতে হবে। পরক্ষণেই আগের মতো আবার দুহাতের আঙুল দিয়ে ছাতার হাতলটিকে বাঁদিক থেকে ডান দিকে একটানা ঘুরিয়ে যেতে হবে। মাঝে মাঝে ঝাঁকানি দিয়ে ঘুরন্ত ছাতার মাথা থেকে বলটি শূন্যে ছুঁড়ে দিয়ে আবার ঘুরন্ত ছাতার মাথা দিয়েই তাকে লুফে নিতে হবে। এভাবে খেলাটিকে আরও আকর্ষণীয় করা যায়। সর্বদা মনে রাখতে হবে শরীরের ভারসাম্য বজায় রাখার জন্য পা দুটিকে একটু ফাঁক করে রাখতে হবে যাতে ঘুরন্ত ছাতার গতি বজায় রাখা যায় এবং নৃত্যের ভঙ্গিমায় খেলাটি প্রদর্শন করা যায়।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা

বৈদ্যুতিক পাখার আর্মেচারে তড়িৎ সঞ্চার করলে পাখা যেমন ঘুরতে থাকে তেমনই ঘুরন্ত ছাতা দিয়ে একটি বলকে ঘোরালে বলটি গতি শক্তির ফলে অনায়াসে ঘুরতে থাকে। ছাতাটি বাঁ দিক থেকে ডানদিকে ঘোরালে বলটি ঘুরবে উল্টো দিকে অর্থাৎ ডান দিক থেকে বাম দিকে (anti-clockwise)। ঘুরন্ত ছাতার মাথা থেকে বলটিকে উপর দিকে ছুঁড়ে দেওয়ার পর মাধ্যাকর্ষণ শক্তির টানে বলটি নীচের দিকে নামতে থাকে। সেই সময় ঐ ছাতাটি দিয়ে এমনভাবে লুফে নিতে হবে যাতে বলটি ঘুরন্ত ছাতার মাথায় আবার ঘুরতে থাকে।

ডিস লোফালুফির খেলা

জাগলার ৯" ডাইমিটারের তিন রঙের তিনটি অ্যালুমিনিয়ামের ডিস খেলার আসরে একটি সাধারণ টেবিলের উপর রাখলেন। ডান হাতের পাঁচটি আঙুল দিয়ে দুটি ডিস এবং বাঁ হাতের পাঁচটি আঙুল দিয়ে একটি ডিস ধরলেন। তারপর দেড়ফুট উঁচুতে ডান হাতের দুটি ডিস একটি পর একটি ছুঁড়ে দিলেন। ডিস দুটি গোলাকারে ঘুরে গেল। এইভাবে ডান হাতে দুটি ডিস লোফালুফি করলেন। তারপর ডান হাতের প্রথম ডিসটি ঐ দেড় ফুট উঁচুতে এমনভাবে ছুঁড়ে দিলেন যাতে ডান হাতে এসে পড়ল। প্রথম ডিসটি ডান হাতে এসে পড়বার আগেই ডান হাতের দ্বিতীয় ডিসটি ঐ একই উচ্চতায় এমনভাবে ছুঁড়ে দিলেন যাতে ডিসটি বাঁ হাতে এসে পড়ল। দ্বিতীয় ডিসটি বাঁ হাতে এসে পড়ার আগেই বাঁ হাতের তৃতীয় ডিসটি ঐ একই উচ্চতায় ছুঁড়ে দিলেন যাতে ডিসটি ডান হাতে এসে পড়ল। লক্ষ্যটি থাকলো ঐ দেড়ফুট উচ্চতায়, যে উচ্চতা পর্যন্ত ডিসগুলি উঠছে। এই ডিস লোফালুফির খেলার সময় পা দুটিকে একটি ফাঁক করে শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে তিনটি ডিস দুহাতে লোফালুফি ঐ জাগলার করলেন। মজাটা কিন্তু এখানেই শেষ হয়ে গেল না। তিনটি ডিস দুহাতে নিয়ে ঐ টেবিলের উপর বজ্রাসনে বসে ঐ আগের পদ্ধতিতেই দুহাতে তিনটি ডিস লোফালুফি করলেন। খেলার শেষে তিনটি ডিস একহাতে ধরে অভিবাদন জানিয়ে জাগলার আসর থেকে চলে গেলেন।

খেলার উপকরণ ঃ

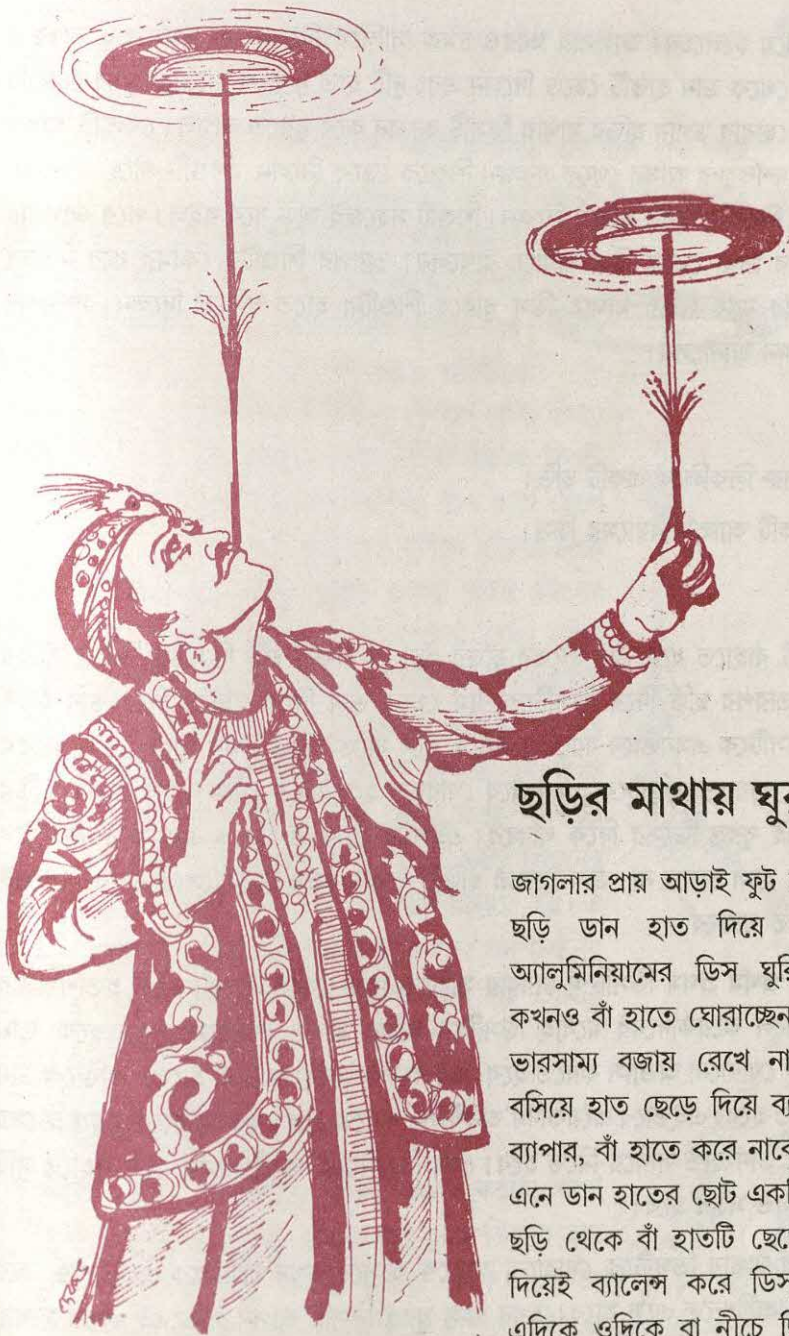
(১) একটি সাধারণ টেবিল।

(২) মাত্র তিনরঙের তিনটি ৯" ডাইমিটারের অ্যালুমিনিয়ামের ডিস।

কিভাবে খেলাটি শিখতে হবে ঃ

প্রথমে ডান হাতের পাঁচটি আঙুল দিয়ে দুটি ডিস এবং বাঁ হাতের পাঁচটি আঙুল দিয়ে একটি ডিস ধরতে হবে। তারপর কাঁধ থেকে দুটি হাত নীচের দিকে নামিয়ে কনুইথেকে বাহু দুটি সামনের দিকে বাড়িয়ে দিয়ে একটি ডিস প্রায় দেড় ফুট উঁচুতে ছুঁড়ে বার বার লোফালুফি অনুশীলন করতে হবে। ডান হাতে একটি ডিস বার বার লোফালুফি করায়ত্ত হলে ঐ একই উচ্চতায় বাঁহাতে বার বার লোফালুফি অনুশীলন করতে হবে। ঐ ফিগার করায়ত্ত হলে, ঐ একই উচ্চতায় ডান হাতের দুটি ডিস একটির পর একটি গোলাকারে ছুঁড়ে দিতে হবে যাতে এক হাতে দুটি ডিস লোফালুফি করা যায়। লক্ষ্য রাখতে হবে একটি ডিসের সঙ্গে অপর ডিসের ঠোকাঠুকি না হয়। ঐ একই পদ্ধতিতে বাঁ-হাতে অনুশীলন করতে হবে। তারপর ডান হাতের পাঁচটি আঙুল দিয়ে দুটি ডিস এবং বাঁ হাতের পাঁচটি আঙুল দিয়ে একটি ডিস ধরতে হবে। তারপর ডান হাতের প্রথম ডিসটি ঐ দেড়ফুট উঁচুতে এমনভাবে ছুঁড়ে দিতে হবে যাতে ডান হাতে এসে পড়ে। প্রথম ডিসটি ডান হাতে এসে পড়বার আগেই ডান হাতের দ্বিতীয় ডিসটি ঐ একই উচ্চতায় এমনভাবে ছুঁড়ে দিতে হবে যাতে ডিসটি বাঁ হাতে এসে পড়ে। দ্বিতীয় ডিসটি বাঁ হাতে এসে পড়ার আগেই বাঁ হাতের তৃতীয় ডিসটি ঐ একই উচ্চতায় ছুঁড়ে দিতে হবে যাতে ডিসটি ডান হাতে এসে পড়ে। সব সময়ই একটি ডিস শূন্যে ভাসমান অবস্থায় থাকে। লক্ষ্যটি থাকবে ঐ দেড়ফুট উচ্চতায়, যে উচ্চতা পর্যন্ত ডিসগুলি উঠেছে। এই খেলার সময় মনে রাখতে হবে নিজের শরীরের ভারসাম্য যেন বজায় থাকে। তাই পা দুটিকে একটু ফাঁক করে ডিস লোফালুফি অনুশীলন ও প্রদর্শন করতে হয়। মাটিতে দাঁড়িয়ে এই খেলা যখন পুরোপুরি আয়ত্তে এসে যাবে তখন একটি টেবিলের উপর উঠে কিম্বা একটি ঘরাঞ্চির মাথায় দাঁড়িয়ে অনুশীলন ও প্রদর্শন করতে হবে।

উল্লেখযোগ্য ঃ

ডিস লোফালুফি খেলার মত রবারের রিং লোফালুফি খেলার পদ্ধতি একই। এখানে শুধু হাতের আঙ্গুলের কায়দার প্রাধান্যই বেশী।

ছড়ির মাথায় ঘুরন্ত ডিসের খেলা

জাগলার প্রায় আড়াই ফুট লম্বা একটি বাঁশের লিকলিকে ছড়ি ডান হাত দিয়ে ধরে ছড়ির মাথায় একটি অ্যালুমিনিয়ামের ডিস ঘুরিয়ে চলেছেন বনবন করে। কখনও বাঁ হাতে ঘোরাচ্ছেন, আবার কখনও ঘুরন্ত ডিসের ভারসাম্য বজায় রেখে নাকের ডগার উপর ছড়িটিকে বসিয়ে হাত ছেড়ে দিয়ে ব্যালেন্স করছেন। আরও মজার ব্যাপার, বাঁ হাতে করে নাকের ডগা থেকে ছড়িটি নামিয়ে এনে ডান হাতের ছোট একটি ছোরার ডগায় তাকে বসিয়ে ছড়ি থেকে বাঁ হাতটি ছেড়ে ডান হাতের ছোট ছোরাটি দিয়েই ব্যালেন্স করে ডিসটি ঘুরিয়ে চলেছেন। ডিসটি এদিকে ওদিকে বা নীচে ছিটকে পড়ে যাচ্ছে না। দিব্যি ছড়ির মাথায় ঘুরে চলেছে। জাগলার মাঝে মাঝে নেচে

নেচে ঘুরে ফিরে খেলাটি দেখিয়ে চলেছেন। জাগলার আরও চমক লাগিয়ে দিলেন — যখন ওই অবস্থায় ছোরার হাতল মুখে ধরে ছোরা থেকে ডান হাতটি ছেড়ে দিলেন এবং দুটি হাত দুপাশে বাড়িয়ে দিয়ে ছোরাটি মুখে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। ছোরার ডগায় ছড়ির মাথায় ডিসটি বন বন করে ঘুরতে লাগল। খেলাটি আরও আকর্ষণীয় করার জন্য জাগলার দর্শকদের আসর থেকে একজন শিশুকে ডেকে নিলেন। শিশুটি কাছে আসতেই জাগলার ঘুরন্ত ডিস সমেত ছড়ি শিশুটির হাতে ধরিয়ে দিলেন। শিশুটি সহজেই ছড়ি ধরে রইল। পরে জাগলার ছড়িটি নিজের হাতে নিয়ে ছড়ির মাথা থেকে ডিস নামিয়ে রাখলেন। তারপর শিশুটির কোমর ধরে নিজের কাঁধে দাঁড় করালেন এবং পূর্বের ন্যায় ছড়ির মাথায় ডিস ঘুরিয়ে শিশুটির হাতে ধরিয়ে দিলেন। দর্শকগণ আনন্দে হাততালি দিয়ে অভিনন্দন জানালেন।

খেলার উপকরণ ঃ

(১) আড়াই ফুট লম্বা বাঁশের সরু লিকলিকে একটি ছড়ি।

(২) ৮-১০ ইঞ্চি ডাইমিটার একটি অ্যালুমিনিয়ামের ডিস।

কিভাবে খেলতে হবে ঃ

অ্যালুমিনিয়ামের ডিসের কানাটি বাঁহাতে ধরে ডান হাতের ছড়ির ছুঁচালো দিকটি ওই ডিসটির ভিতর দিকের কানায় প্রথমে লাগাতে হবে। তারপর ছড়ি দিয়ে ডিসটিকে বাঁম থেকে ডান দিকে ঘুরিয়ে দিয়ে ডান হাতে ছড়িটিকে সোজাভাবে রেখে ডিসটিকে এমনভাবে ব্যালেন্স করতে হবে যাতে ছড়ির উপর থাকে। ডান হাতের কনুইটি ভাঁজ করে ডান হাতের কায়দায় ছড়িটিকে এমনভাবে ঘোরাতে হবে যাতে সোজাভাবে ডিসটি ছড়ির মাথায় ঘোরে। দৃষ্টি অবশ্যই ওই ঘুরন্ত ডিসের দিকে থাকবে। এইসময় চোখ ও মনকে এক জায়গায় বেঁধে রাখতে হবে, একটুও অন্যমনস্ক হলে চলবে না। ডান হাতের ছড়িটি বুকের কাছে টেনে সোজাভাবে রাখলেই ঘুরন্ত ডিসটি ছড়ির মাথায় ঘুরতে থাকবে।

খেলাটি শিখতে গিয়ে প্রথম প্রথম ডিসটি দু-চারবার মাটিতে পড়ে যেতে পারে। এতে হতাশ হবার কিছু নেই। বার বার চেষ্টা করলে কয়েকদিনের মধ্যেই ডিসটিকে ছড়ির মাথায় ঘোরানো সম্ভব হবে। ডান হাতের ছড়িটিকে ধরে ডিসটিকে ঘোরানো অভ্যাস করতে হবে। ওই অনুশীলনের সময় বাঁ হাতের কব্জিকে ডান হাত দিয়ে শক্ত করে ধরে রাখতে হবে। এইভাবে কয়েকদিন অনুশীলন করতে হবে। যখন বাঁহাতে ঘুরন্ত ডিসের খেলা আয়ত্তে এসে যাবে তখন ডান হাত সরিয়ে নিতে হবে। বেশ কিছুদিনের অনুশীলনের ফলে দুহাতে দুটি ছড়ির মাথায় দুটি ডিস ঘোরানোও সম্ভব হবে।

যখন ডান হাতে ছড়ির মাথায় ডিসটিকে ঘোরানো আয়ত্তে আসবে তখন ছড়িটিকে একটু শক্ত করে ধরলেই ছড়ির মাথাটি ডিসের মধ্যবিন্দুতে এসে যাবে। তখন কিন্তু ঘুরন্ত ডিসটি আপন গতিতেই ছড়ির মাথায় ঘুরতে থাকবে। ঠিক এই সময় ঘুরন্ত ডিসটিকে ফুট খানেক উপর দিকে ছুঁড়ে দিয়ে আবার ছড়ির মাথার লুফে

নিতে হবে। মাঝে মাঝে ডিসটিকে উপর দিকে ছুঁড়ে দিলে খেলার চমক বাড়ে।

ঘুরন্ত ডিসের ছড়ির নীচের দিকটি বাঁ হাতে ধরে ডান হাত দিয়ে ছোরার মাথাটি বাঁ হাতের ছড়ির নীচের দিকে এমনভাবে লাগিয়ে দিতে হবে যাতে ডান হাতের ছোরার ডগায় ঘুরন্ত ডিসের ভারসাম্য বজায় থাকে। তখন ডান হাতের কব্জির কায়দায় ঘুরন্ত ডিসটিকে ব্যালেন্স করে রাখতে হবে। অল্পক্ষণ বাদে নামাবার সময় বাঁ হাতে ছড়িটিকে আগে ধরতে হবে তারপর ডিসটিকে পুনরায় প্রচন্ড বেগে ঘুরিয়ে পূর্বের মতই ছোরার ডগায় ছড়ির নীচের দিকটি লাগিয়ে আস্তে আস্তে ছোরার হাতলকে মুখে করে চেপে ধরে রাখতে হবে। তারপর দুটি হাত দুদিকে ছড়িয়ে দিয়ে ছোরার ডগায় ছড়ি আর ছড়ির ডগায় ঘুরন্ত ডিসের ভারসাম্যকে মুখের সাহায্যে বজায় রাখতে হবে। ছড়ির মাথায় যে বিন্দুতে ডিসটি ঘোরে সেই বিন্দুতে দৃষ্টি অবশ্যই রাখতে হয়। ডান হাতের ও বাঁ হাতের কব্জির কায়দায় ছড়িটিকে ঘোরাতে হয়, কিন্তু দৃষ্টিকে রাখতে হয় ঘুরন্ত ডিসের দিকে। পা দুটিকে একটু ফাঁক করে শরীরের ভারসাম্য বজায় রাখতে হয়। শরীরটিকে একটু পিছনের দিকে হেলিয়ে ছড়িটিকে বুকের কাছাকাছি আনতে হয়। এ খেলায় নিঃশ্বাস প্রশ্বাস স্বাভাবিক রাখতে হয়। অনুশীলনের সময় কিংবা প্রদর্শনের সময় অন্যমনস্ক হলে এই খেলায় সাফল্য লাভ করা যায় না।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা ঃ

বৈদ্যুতিক পাখার আর্মেচারে তড়িৎ সঞ্চার করলে পাখা যেমন ঘুরতে থাকে তেমন ছড়ির ডগা ঘুরন্ত ডিসের মধ্য বিন্দুতে এসে পড়লে ডিসটি ঘুরতে থাকে। এখানে গতিশক্তি কাজ করে। এই গতিশক্তিকে সম্পূর্ণ আয়ত্তে আনা হয় ঐ ছড়ির সাহায্যে।

মুগুর লোফালুফির খেলা

জাগলার দুহাতে তিন রং-এর তিনটি কাঠের মুগুর অনায়াসে লোফালুফি করছেন। প্রতিটি মুগুর একপাক করে ঘুরে আসছে। প্রতিবারেই জাগলার মুগুরগুলির হাতল ধরছেন। মাথার দিকে ধরছেন না। প্রথমে ডানহাতে দুটি মুগুর পরে বাঁ হাতে দুটি মুগুর লোফালুফি করলেন। তারপর দুহাতে তিনটি মুগুর লোফালুফি করলেন। প্রতিবারই এমনভাবে মুগুরটি ছুঁড়ছেন যাতে একটির সঙ্গে আর একটি ধাক্কা না লাগে। সর্বদাই মুখে হাসি রেখে নেচে নেচে খেলা দেখাতে লাগলেন। ঐ অবস্থায় হঠাৎ একটি মুগুর একপাক ঘোরানোর পরিবর্তে দুপাক ঘুরিয়ে দিচ্ছেন এবং ঠিক হাতলের দিকটি লুফে নিচ্ছেন। কখনো ডানহাতের মুগুরটি দুপাক ঘোরাচ্ছেন। আবার কখনো বাঁ হাতের মুগুরটি দুপাক ঘোরাচ্ছেন দুহাতে তিনটি মুগুর লোফালুফি করতে করতে হাঁটু গেড়ে বসে পড়ছেন এবং ঐ অবস্থায় পুনরায় উঠে দাঁড়াচ্ছেন। শেষে ডানহাতের মুগুরটি আকাশপানে বেশ খানিকটা উপরে ছুঁড়ে দিয়ে একলাফ দিয়ে নিজের শরীরটিকে বাঁদিক থেকে ডান দিকে সম্পূর্ণ একপাক ঘুরিয়ে নিয়ে ঐ ছুঁড়ে দেওয়া মুগুরটিকে লুফে নিয়ে সাথে সাথেই তিনটি মুগুর লোফালুফি করতে লাগলেন।

মুগুর খেলার উপকরণ ঃ

(১) তিনটি তিন রং-য়ের কাঠের হালকা মুগুর। মুগুরের মাথার দিকটি মোটা এবং হাতলের দিকটি সরু হবে।
(২) একটি কাঠের তৈরি ঘরাঞ্চি।

খেলাটি কি ভাবে খেলতে হবে ঃ

প্রথমে একটি মুগুরের হাতল ধরে একপাক ঘুরিয়ে আবার ঐ হাতলটির দিকটা লুফে নেওয়া অনুশীলন করতে হবে। একপাক ঘুরে আসা ডানহাতে সম্পূর্ণ আয়ত্তে এসে গেলে বাঁহাতে ঐ একই পদ্ধতিতে অনুশীলন করতে হবে ভালভাবে। তারপর দুহাতে দুটি মুগুরের হাতল ধরে একবার ডানহাতে একপাক ঘোরানো, পরেরবার বাঁহাতে একপাক ঘোরানো অনুশীলন করতে হবে। এই দুটি ফিগার যখন সম্পূর্ণ আয়ত্তে এসে যাবে তখন দুহাতে তিনটি মুগুর লোফালুফি করার অনুশীলন করতে হবে। যে হাত দিয়ে একটি মুগুর আকাশপানে বেশ খানিকটা উপরে ছুঁড়ে দিয়ে একপাক ঘোরাতে হবে তার বিপরীত হাত দিয়ে নিম্নগামী মুগুরের হাতলটিকে লুফে নিতে হবে। দুহাতে তিনটি বল লোফালুফির মতই তিনটি মুগুর লোফালুফি করতে হবে। শুধু লক্ষ্য রাখতে হবে প্রতিবারেই মুগুরগুলি একপাক করে ঘুরে ঘুরে এসে যেন হাতে পড়ে। মুগুরের ভারসাম্য বজায় রাখার জন্যে হাতের তালুতে পড়ামাত্রই পাঁচটি আঙুল দিয়ে মুগুরটিকে ভালভাবে ধরে কনুই থেকে বাহুটি একটু নীচে নামিয়ে ফেলতে হবে যাতে হাতের তালু থেকে মুগুরটি ছিটকে আশেপাশে না পড়ে যায়। দৃষ্টি ঘুরে ঘুরে আসা মুগুরের দিকে নিবদ্ধ রাখতেই হবে। মুগুরটিকে দুপাক ঘোরানো ডানহাতে প্রথম অনুশীলন করতে হবে। তারপর ঐ একই পদ্ধতিতে বাঁহাতে দুপাক ঘোরানো অনুশীলন করতে হবে। এই দুটি ফিগার সম্পূর্ণ যখন আয়ত্তে এসে যাবে তখন তিনটি মুগুর লোফালুফির সময় মাঝে মাঝে এক একটি মুগুরকে দুপাক করে ঘুরিয়ে দিতে হবে। মাঝে মাঝে নিজের শরীরটিকে বাঁ দিক থেকে ডানদিকে সম্পূর্ণ একপাক ঘুরিয়ে নিতে হবে ঐ লোফালুফি অবস্থাতেই। তাতে খেলার মধ্যে বৈচিত্র্য আসে।

ঘরাঞ্চির উপর মুগুরের খেলা

জাগলার খেলার আসরে পাঁচ ফুট উচ্চতার কাঠের তৈরী একটি ঘরাঞ্চি নিয়ে এসে রাখলেন। তারপর দুহাতে তিনটি কাঠের মুগুর অনায়াসে লুফতে লুফতে ঘরাঞ্চির প্রতিটি সিঁড়ি দিয়ে আস্তে আস্তে উঠে ঘরাঞ্চির মাথায় কাঠের পাটাতনের উপর দাঁড়ালেন এবং ঘরাঞ্চির পাটাতনের উপর বজ্রাসনে বসলেন। বজ্রাসন থেকে আস্তে আস্তে উপরে উঠে দাঁড়ালেন। পরে ঐ সিঁড়ি দিয়ে নেমে এলেন তখনও দুহাতে তিনটি মুগুর লোফালুফি করছেন। তাঁর হাত থেকে মুগুরগুলি একবারও ছিটকে এপাশে ওপাশে পড়ল না।

উড়ন্ত টুপি লোফালুফি

এক জায়গায় তিনটি রঙিন টুপি মাথা ও হাতের সাহায্যে বারবার লোফালুফি করছেন। কখনও একলাফে পাশাপাশি একপাক সম্পূর্ণ ঘুরে টুপি লোফালুফি করছেন। আবার কখনও ঐ অবস্থায় নেচে নেচে একবার বাঁ দিকে যাচ্ছেন একবার ডান দিকে যাচ্ছেন। মজাটা আরও হচ্ছে-যখন জাগলার হাঁটু গেড়ে বসে খুব তাড়াতাড়ি মাথা ও হাতের সাহায্যে টুপি লোফালুফি করে যাচ্ছেন।

খেলার উপকরণ ঃ

মোটা তালপাতার তিনটি তিন রং-এর টুপি। টুপির ভিতরের সাইজ নিজের মাথায় সাইজ অনুযায়ী হবে। বেড়গুলি শক্ত হবে। তালপাতার বদলে বেতের ছিলে কেটে তৈরী টুপি তিন রং-এর তিনটি হলেও হবে। টুপির বেড়গুলি যেন একটু শক্ত হয় কারণ পাঁচটি আঙ্গুল দিয়ে ধরতে হয়। প্রতিটি টুপির ওজন ১০০ গ্রামের মত হবে। বেড়ের চওড়া আড়াই ইঞ্চি হবে, যাতে পাঁচটি আঙ্গুল দিয়ে ধরা যায় সহজে।

খেলাটি কি ভাবে খেলতে হবে ঃ

তিনটি তিন রং-এর টুপির একটি প্রথম থেকেই মাথায় পরে থাকতে হবে। আর দু'হাতে দুটি টুপি চিৎ করে হাতের আঙ্গুলের সাহায্যে ধরতে হবে।

এবার ডান হাতের টুপিটি নীচে থেকে উপর দিকে দুলিয়ে আস্তে আস্তে তুলে দিতে হবে। পরক্ষণেই ডান হাতে করে মাথার টুপিটি নামিয়ে নিয়ে আবার আগের মত দুলিয়ে দিতে হবে বাঁ হাতের দিকে।- এরই ফাঁকে বাঁহাতের টুপিটি মাথায় পরিয়ে দিতে হবে। মাথার টুপি ডান হাতে করে তুলে নিয়ে

আবার নীচে থেকে উপর দিকে দুলিয়ে আস্তে আস্তে বাঁ হাতের দিকে তুলে দিতে হবে।

প্রথম প্রথম খেলাটি আস্তে আস্তে অনুশীলন করতে হবে। পরে ভালভাবে রপ্ত হয়ে গেলে তাড়াতাড়ি অনুশীলন করতে হবে। টুপির খেলা খেলতে খেলতে বাঁ দিক থেকে ডান দিকে বারবার ঘুরে যেতে হবে। তাতে খেলার সৌন্দর্য বাড়ে।

টুপির খেলার আর একটি ফিগার — ডান পায়ের বুটের ডগায় একটি টুপি রেখে এমনভাবে উপর দিকে ছুঁড়ে দিতে হবে যাতে টুপিটি একপাক ঘুরে এসে মাথার উপর বসে। তারপর পূর্বের মত আবার খেলাটি শুরু করতে হবে।

খেলার বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা ঃ

ডান হাতের প্রতিটি টুপি প্রতিবার দুলিয়ে দিলেও মাধ্যাকর্ষণ শক্তির টানে সেটি নীচের দিকে নেমে যাবে। সেই মুহূর্তে বাঁহাত দিয়ে মাথায় পরে নিতে হবে।

প্রয়োজনীয় শারীরিক দক্ষতা ঃ

(১) এই খেলায় চোখ ও মনকে স্থিরভাবে এক জায়গায় বেঁধে রাখতে হবে। অন্যমনস্ক হলে চলবে না।

(২) শরীর সুস্থ ও সবল রেখে কনুই ভাঁজ করা এবং কব্জি ঘোরানো অনুশীলন করতে হবে।

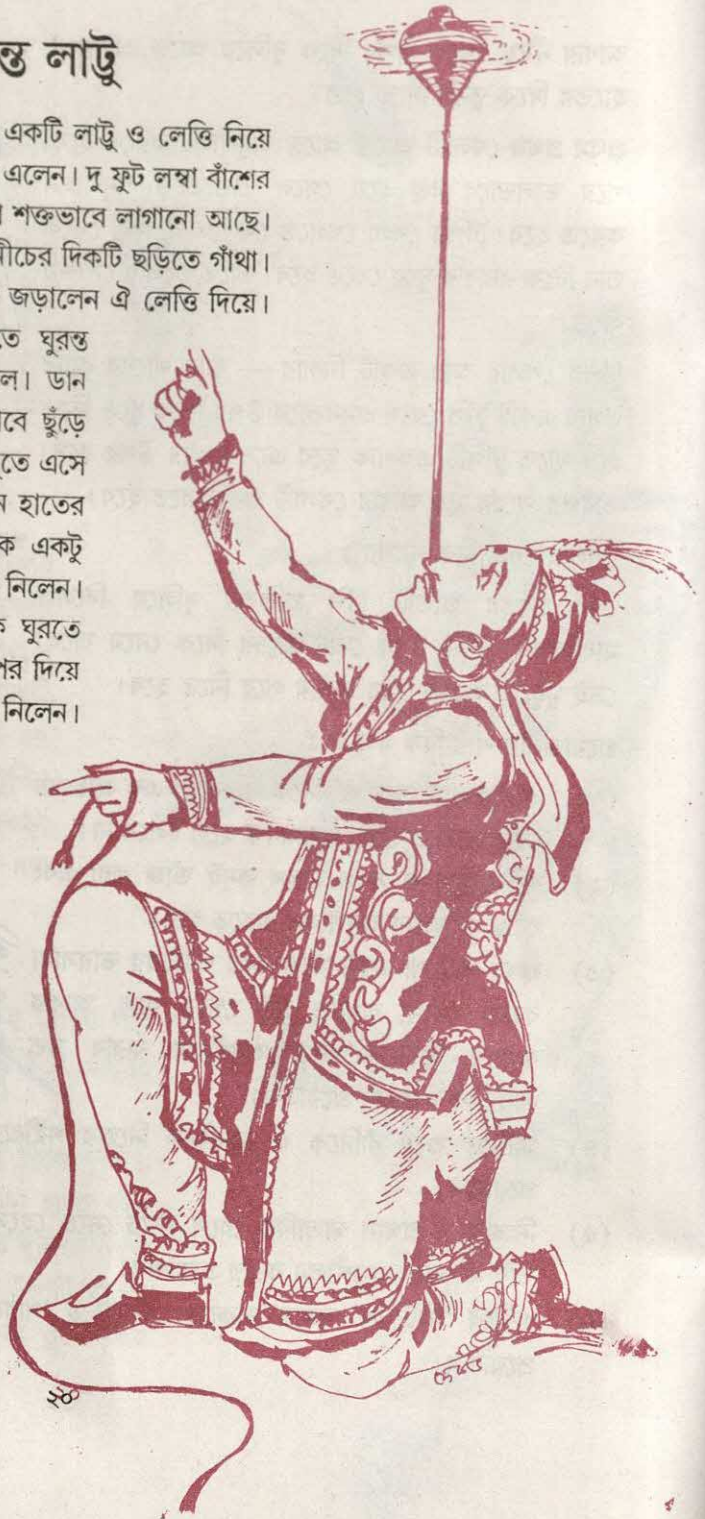
(৩) কখন দুটি পা একটু ফাঁক করে শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে, কখনও হাঁটু গেড়ে বসে, আবার কখনও মাটিতে শুয়ে অনুশীলন করার মত শারীরিক দক্ষতার প্রয়োজন।

(৪) মাটিতে শুয়ে বাঁদিকে ও ডানদিকে নিজের শরীরকে ঘোরানোর মত শারীরিক দক্ষতার অবশ্যই প্রয়োজন।

(৫) নিঃশ্বাস ও প্রশ্বাস স্বাভাবিক রেখে, নেচে নেচে, হেসে হেসে এই খেলাটি করলে খেলার মাধুর্য বাড়ে তাই ঐ ভাবে অনুশীলন করার প্রয়োজন।

(৬) শরীরে 'ফিটনেশ' বজায় থাকলে খেলাটিতে 'পারফেকশন' আনা যায়। তাই শরীরে ফিটনেশের প্রয়োজন।

ছড়ির মাথায় ঘুরন্ত লাট্টু

বাঁহাতে একটি ছুঁচালো ছড়ি এবং ডান হাতে একটি লাট্টু ও লেত্তি নিয়ে হেলে দুলে নাচের ভঙ্গিমায় জাগলার আসরে এলেন। দু ফুট লম্বা বাঁশের তৈরী ছড়ির মাথার দিকে বড় একটি সুচ বেশ শক্তভাবে লাগানো আছে। সুচের মুখের দিকটি উপর দিকে আর সুচের নীচের দিকটি ছড়িতে গাঁথা। মাঝারি আকারের রঙিন লাট্টুটিকে বেশ করে জড়ালেন ঐ লেত্তি দিয়ে। তারপর এমনভাবে হাতলেত্তি করলেন যাতে ঘুরন্ত লাট্টুটি তাঁর ডানহাতের তালুতে এসে পড়ল। ডান হাতের ঘুরন্ত লাট্টুটিকে উপর দিকে এমনভাবে ছুঁড়ে দিলেন যাতে ঘুরন্ত লাট্টুটি তাঁর বাঁহাতের তালুতে এসে পড়ল। আবার বাঁহাতে লাট্টুটি ছুঁড়ে দিয়ে ডান হাতের তালুতে ধরলেন। ঐ ঘুরন্ত অবস্থায় লাট্টুটিকে একটু উপর দিকে ছুঁড়ে ডান হাতের তালুটিকে উল্টে নিলেন। ঘুরন্ত লাট্টুটি ডান হাতের তালুর পিছন দিকে ঘুরতে লাগল। আবার ঐ ঘুরন্ত অবস্থায় লাট্টুটিকে উপর দিয়ে ছুঁড়ে দিয়ে বাঁ হাতের তালুর উল্টো দিকে লুফে নিলেন। এইভাবে দেখানোর পর আবার লাট্টুটিকে লেত্তি দিয়ে জড়িয়ে নিয়ে বেশ সুন্দরভাবে হাত লেত্তি করলেন। ঘুরন্ত লাট্টুটি তার ডান হাতের তালুতে ঘুরতে লাগল। আর বাঁ হাতে করে ঐ ছুঁচালো ছড়ির মাথার দিকের ছুঁচটির মাথায় ডান হাতের ঘুরন্ত লাট্টুর আলটি এমন ভাবে আস্তে আস্তে বসিয়ে দিলেন যাতে লাট্টুটি ঘুরতে লাগল বাঁহাতের ছড়ির উপর। ঐ অবস্থায় দু-হাতের সাহায্যে আস্তে আস্তে ছড়িটির নীচের দিকটি তাঁর নাকের উপর বসিয়ে দিলেন এবং ঘুরন্ত লাট্টুর ভারসাম্য বজায় রেখে নাকের সাহায্যে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। হাত দুটি পাশে ছড়িয়ে দিয়ে কিছুক্ষণ নাকের উপর ঘুরন্ত লাট্টুর খেলা দেখানোর পর ডান

হাতের সাহায্যে ছড়িটিকে ধরে আস্তে আস্তে নামিয়ে নিলেন। সকল দর্শক আনন্দে হাততালি দিতে লাগলেন।

খেলাটির উপকরণ ঃ

(১) দু ফুট বাঁশের তৈরী একটি সরু ছড়ি, একটি বড় সুচ। ছড়ির মাথায় সুচের গোড়ার দিকটি খুব ভাল এবং শক্ত ভাবে আঁটা থাকবে।

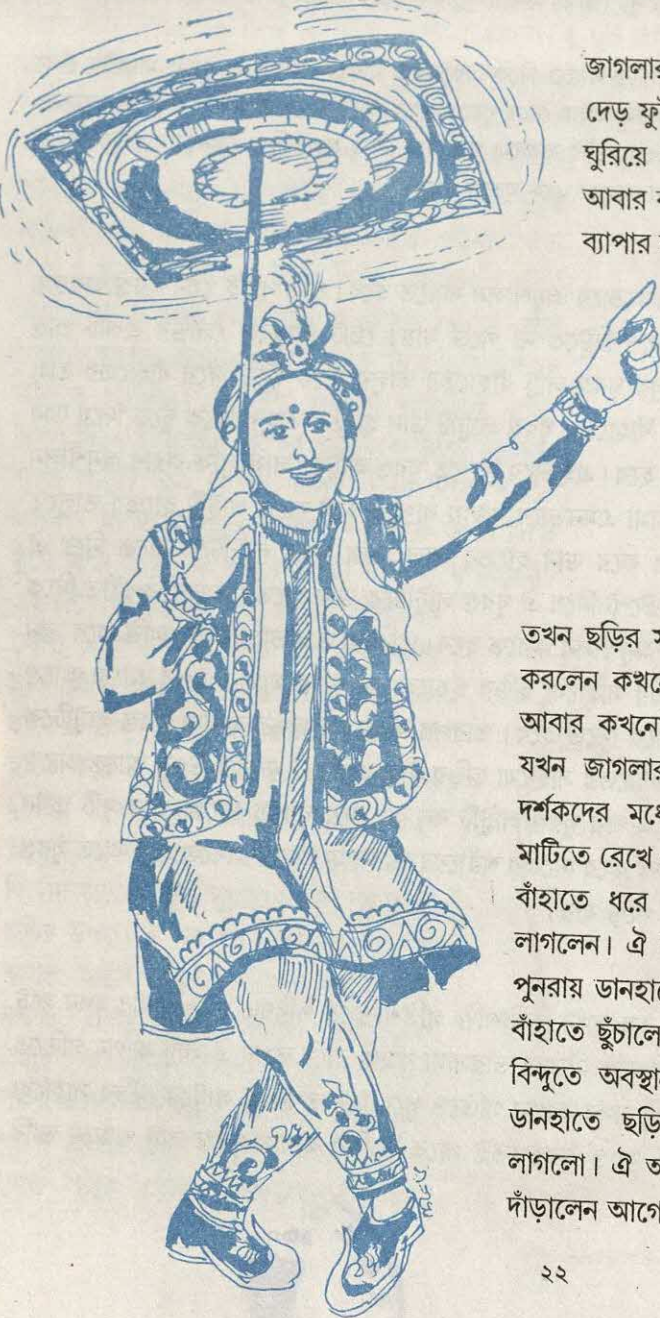
(২) মাঝারি সাইজের একটি রঙিন লাট্টু, যার আলটির নীচের দিকে একটু গর্ত থাকবে। যাতে ঐ সুচের মাথাটির উপর আলের ঐ গর্তের সাহায্যে লাট্টুটি নিজের ভারসাম্য বজায় রেখে ঘুরতে পারে। দোকান থেকে একটি লাট্টু কিনে আলের ছুঁচালো অংশটি একটু ঘসে নিয়ে একটি ছোট পেরেকের সাহায্যে গর্ত করে নিতে হবে। কিন্তু এমনভাবে লাট্টুর আলটি থাকবে যাতে হাত লেত্তি করলে লাট্টুটি হাতের তালুতে এসে ঘুরতে পারে।

খেলাটি কি ভাবে শিখতে হবে ঃ

লাট্টুতে লেত্তি জড়িয়ে হাত লেত্তি করা বেশ ভালভাবে অনুশীলন করতে হবে। প্রতি বারই যেন ঘুরন্ত অবস্থায় লাট্টুটি এসে হাতের তালুতে পড়ে। আশে পাশে ছিট্‌কে না পড়ে যায়। ছোট আঙুলে লেত্তির একটি প্রান্ত সবসময়েই জড়ানো থাকবে। ডান হাতের তালুর ঘুরন্ত লাট্টু বাঁহাতের তালুর দিকে ছুঁড়ে দিয়ে বাঁহাতের তালু দিয়ে ঘুরন্ত লাট্টুটিকে লুফে নিতে হবে। আবার বাঁহাতের ঘুরন্ত লাট্টুটি ডান হাতের তালুর দিকে ছুঁড়ে দিয়ে ডান হাতের তালু দিয়ে ঘুরন্ত লাট্টুটিকে লুফে নিতে হবে। এইভাবে দুহাতে ঘুরন্ত লাট্টুর লোফালুফি করার অনুশীলন ভালভাবে করতে হবে। সবসময় লাট্টুর ভারসাম্য এমনভাবে বজায় রাখতে হবে যাতে লাট্টুটি হাতের তালুতে ঘুরতে থাকে। তারপর হাত লেত্তি ভালভাবে করে ডান হাতের তালু দিয়ে ঘুরন্ত লাট্টুটিকে লুফে নিয়ে ঐ অবস্থায় একটু ছুঁড়ে দিয়ে ডান হাতের তালুটি উল্টে নিয়ে ঐ ঘুরন্ত লাট্টুটিকে ডান হাতের তালুর বিপরীত দিকে লুফে নিতে হবে। এই একই উপায়ে বাঁ হাতে অনুশীলন করতে হবে। তারপর ভালভাবে হাত লেত্তি করে ডান হাতের তালুতে ঘুরন্ত লাট্টুটিকে ধরে বাঁ হাতের সাহায্যে ছড়ির ছুঁচালো অংশটির মাথার উপর আস্তে আস্তে ডান হাতের তালু থেকে ঘুরন্ত লাট্টুটিকে বসিয়ে দিতে হবে। তারপর বাঁহাতের ছড়ির মাথায় ঘুরন্ত লাট্টুটিকে বজায় রেখে ডান হাত দিয়ে ছড়িটিকে ধরে দু-হাতের সাহায্যে ছড়ির নীচের দিকটি নাকের উপর আস্তে আস্তে বসিয়ে দিতে হবে যাতে নাকের উপর ছড়ির মাথায় ঘুরন্ত লাট্টুটি বন বন করে ঘুরতে থাকে। হাত দুটি তখন দুপাশে ছড়িয়ে রাখতে হবে। পা দুটি একটু ফাঁক করে নিজের শরীরের ভারসাম্য বজায় রাখতে হবে যাতে ঘুরন্ত লাট্টুটি ছড়ির ছুঁচালো মাথা থেকে ছিটকে না পড়ে যায়।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা ঃ

লাট্টুতে লেত্তি জড়িয়ে যখন হাত লেত্তি করা হয় তখন স্থিতিশক্তি গতিশক্তিতে পরিণত হয়। আবার যখন লাট্টু তার আলের উপর ভার রেখে একই কেন্দ্র বিন্দুতে নিজের ভারসাম্য বজায় রাখে তখন ঐ লাট্টু আপন গতিতে ঘুরে যায়। ছড়ির মাথায় আলের সাহায্যে লাট্টু যখন আপন গতিতে ঘুরে যায় তখন ঐ লাট্টুকে ছড়ির সাহায্যে নাকের উপর ব্যালেন্স করতে পারলেই লাট্টু ঘুরন্ত অবস্থাতেই থাকে। ছড়ির মাথায় ঘুরন্ত লাট্টু ওজনে ভারি হওয়ার জন্য ব্যালেন্স করা সহজ হয়।

ছড়ির মাথায় ঘুরন্ত কার্পেট

জাগলার দুফুট লম্বা একটি ছড়ির মাথায় দেড়ফুট বাই দেড় ফুট একটি রঙ্গিন কার্পেট নেচে নেচে হেসে হেসে ঘুরিয়ে চলেছেন। কখনো মাটিতে হাঁটু গেড়ে বসে আবার কখনো মাটিতে চিৎ হয়ে শুয়ে। সবচেয়ে মজার ব্যাপার ছড়ির মাথায় কার্পেটটি ঘোরাতে ঘোরাতে শুয়ে পড়ে একবার বাঁদিকে সম্পূর্ণ একপাক ঘুরলেন এবং পরক্ষণেই ডান দিকে একপাক ঘুরলেন। কিন্তু কোন সময়েই ছড়ির মাথা থেকে কার্পেটটি ছিটকে এদিকে ওদিকে পড়ে গেল না। জাগলার মাঝে মাঝে আকাশপানে ঘুরন্ত কার্পেটটিকে ছড়ির সাহায্যে ছুঁড়ে দিলেন। মাধ্যাকর্ষণ শক্তির ফলে যখন ঐ ঘুরন্ত কার্পেটটি নিম্নগামী হল তখন ছড়ির সাহায্যে আবার লুফে নিলেন। ঐ লোফালুফি করলেন কখনো দাঁড়িয়ে কখনো মাটিতে হাঁটু গেড়ে বসে আবার কখনো চিৎ হয়ে শুয়ে। মজাটা জমে উঠল তখন যখন জাগলার ছড়ির মাথায় কার্পেট ঘোরাতে ঘোরাতে দর্শকদের মধ্যে ঢুকে পড়লেন তারপর ছড়ি ও কার্পেট মাটিতে রেখে একটি অ্যালুমিনিয়ামের মাঝারি সাইজের ডিস বাঁহাতে ধরে ডানহাতে ছুঁচালো ছড়ির মাথায় ঘোরাতে লাগলেন। ঐ ঘুরন্ত ডিস সমেত ছড়িটিকে বাঁ হাতে ধরে পুনরায় ডানহাতে ছড়ির মাথায় কার্পেট ঘোরাতে লাগলেন। বাঁহাতে ছুঁচালো ছড়ির মাথায় এ্যালুমিনিয়ামের ডিসটি মধ্য বিন্দুতে অবস্থান করে বনবন করে ঘুরতে লাগলো আর ডানহাতে ছড়ির মাথায় কার্পেটটি শনশন করে ঘুরতে লাগলো। ঐ অবস্থায় জাগলার শুয়ে পড়লেন। পরে উঠে দাঁড়ালেন আগের অবস্থায়।

খেলার উপকরণ ঃ

মাঝারি সাইজের একটি এ্যালুমিনিয়ামের ডিস বাঁশের তৈরী দুফুট লম্বা একটি সরু ছুঁচালো ছড়ি এবং দেড়ফুট বাই দেড়ফুট একটি কার্পেট যার ওজন ২০০ গ্রামের মত হয় ও বাঁশের তৈরী একটি সরু ছড়ি। কার্পেট ঘোরানো ছড়ির মাথাটি খুব ছুঁচালো হবে না। কিন্তু ডিস ঘোরানো ছড়ির মাথাটি খুব ছুঁচালো অবশ্যই হবে।

কি ভাবে শিখতে হবে ঃ

বাঁহাতে কার্পেটের একটি কোণ ধরে ডানহাতের ছড়ির মাথাটি ঐ কার্পেটের ঠিক মধ্যবিন্দুর চার আঙ্গুল পাশে লাগিয়ে বাঁদিক থেকে ডান দিকে ঘোরাতে হবে। হাতের কনুই ভাঁজ করে, বুক টেনে ছড়িটিকে এমনভাবে ঘোরাতে হবে যাতে কার্পেটটি ছড়ির মাথায় ঘুরতে থাকে। ছড়িটিকে শক্তভাবে ধরে, দৃষ্টি ঘুরন্ত কার্পেটের দিকে রেখে অনুশীলন করতে হবে। ঐ অবস্থা যখন পুরোপুরি আয়ত্তে এসে যাবে তখন বসে এবং শুয়ে অনুশীলন করতে হবে। তারপর ছড়ির সাহায্যে কার্পেট ঘোরাতে ঘোরাতে সামনের দিকে হাঁটা এবং ঐ অবস্থায় পিছন দিকে হাঁটা অনুশীলন করতে হবে। তারপর ঐ অবস্থায় মাটিতে শুয়ে একবার বাঁপাশে সম্পূর্ণ একপাক এবং পরক্ষণেই ডানপাশে সম্পূর্ণ একপাক ঘুরতে হবে। লক্ষ্য রাখতে হবে - যেন ছড়ির মাথা থেকে ঘুরন্ত কার্পেটটি ছিটকে আশেপাশে না পড়ে যায়। এবার ডান হাতের কড়ে আঙ্গুল দিয়ে ছড়িটিকে ধরে ডান হাতেরই বাকি চারটি আঙ্গুল দিয়ে কার্পেটটি ধরে উপরদিকে ছুঁড়ে দিয়ে ঐ ছড়ির সাহায্যে বাঁ দিক থেকে ডানদিকে ঘোরানো অনুশীলন করতে হবে। উক্ত ফিগার যখন আয়ত্তে এসে যাবে তখন ডান হাতে করে একটি ডিস ঘুরিয়ে ডিসের মধ্যবিন্দুতে ছুঁচালো ছড়ির মাথাটি এনে বাঁহাতে ধরতে হবে। তারপর ডান হাতে আর একটি ছড়ি ধরে ডান হাতেই কার্পেট ঘোরাতে হবে। শুধু তাই নয়, ঐ অবস্থায় একবার মাটিতে বসা এবং পরক্ষণেই দাঁড়ানো অনুশীলন ভালভাবে করতে হবে। এই ব্যাপারটি আয়ত্তে আনতে প্রতিদিন নিয়মিত অনুশীলন করলে প্রায় দুমাস সময় লাগবে।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা ঃ

বৈদ্যুতিক পাখার আর্মেচারে তড়িৎ সঞ্চালন করলে পাখা যেমন ঘুরতে থাকে তেমনই ছড়ির মাথায় একটি কার্পেট বা একটি ডিস গতি শক্তির ফলে অনায়াসে ঘুরতে থাকে। ডিস ঘোরাতে ঘোরাতে ছড়িটিকে একটু শক্ত করে ধরলে ছড়ির ছুঁচালো মাথাটি ডিসের মধ্যবিন্দুতে এসে যাবে। তখন ডিসটি আপন গতিতে ছড়ির মাথায় ঘুরে যাবে নিজের কেন্দ্রবিন্দুতে ভর দিয়ে। ছড়িটিকে বাঁহাতে শুধু ধরে রাখলেও ডিসটি তার আপন গতিতে ঘুরে যাবে। তখন তাকে আর ঘোরাতে হবে না।

ইন্ডিয়ান স্টিক জাগলিং

এক জাগলার ২টি হাতে ২টি ছড়ির সাহায্যে ১টি মোটা লাঠিকে শনশন করে ঘোরাচ্ছেন এবং নাচাচ্ছেন কখনো বসে বসে কখনো দাঁড়িয়ে দাঁড়িয়ে এবং কখনো বা ঘুরে ফিরে। দর্শকরা আনন্দে হৈ হৈ করে উঠছেন এবং হাততালি দিচ্ছেন। জাগলার ডান হাতের ছড়ি দিয়ে ছোট মোটা লাঠিটিকে গোলাকারে চরকির মত বন-বন করে ঘোরাচ্ছেন। পরক্ষণেই আকাশপানে ছুঁড়ে দিয়ে বাঁ হাতের ছড়ির সাহায্যে লুফে নিয়ে ঐ আগের মতই গোলাকারে ঘোরাতে শুরু করছেন এবং কখনো কখনো ঐ মোটা লাঠিটিকে আকাশপানে এমনভাবে ছুঁড়ে দিচ্ছেন যে সেটি জিগবাজি খেতে খেতে ডানহাতের ছড়ির উপর এসে পড়ছে এবং তার ফাঁকে জাগলার নিজের শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে বাঁদিক থেকে ডান দিকে একপাকে ঘুরে যাচ্ছেন। পরে স্টিকের দুইপ্রান্তে কেরোসিন তেল ঢেলে আগুন জ্বালিয়ে পূর্বের ন্যায় বন-বন করে ঘোরাতে লাগলেন। তারপর আসরে একটি রোলারের উপর ব্যালেন্স করে দাঁড়িয়ে পুনরায় খেলাটি আকর্ষণীয় করে তুললেন।

খেলাটির উপকরণ ঃ

(১) ১টি ৩ ফুট লম্বা বেতের ছড়ি

(২) ছড়িটিতে জড়াবার জন্য ১১ হাত শাড়ির ২টি পাড়।

(৩) বাঁশের তৈরী ২টি ২ ফুট লম্বা সরু ছড়ি।

বেতের ছড়িটিকে শাড়ির পাড় ভালভাবে জড়িয়ে মোটা করতে হবে ; তারপর সুতো দিয়ে শক্ত করে ভালোভাবে বাঁধতে হবে। এর ওজন হবে প্রায় ২০০ গ্রাম। শাড়ির পাড় লাল, নীল, কমলা, হলুদ কিংবা সবুজ রং এর হলে দেখতে ভালো লাগবে। ২ ফুট লম্বা ছড়ি দুটির ডগার দিকটি একটু সরু করতে হবে। ছড়ি দুটি একটু রঙিন হলেই ভালো হয়।

খেলাটি কেমন ভাবে শিখতে হবে ঃ

প্রথমে হাতের দুটি ছড়ির উপর ঐ মোটা লাঠিটিকে রাখতে হবে ; তারপর ঐ লাঠিটিকে সামনের দিকে মাটিতে গড়িয়ে দিতে হবে এরপর নিজের শরীরটিকে সামনের দিকে একটু ঝুঁকিয়ে ডানহাতের ছড়ি দিয়ে মোটা লাঠিটিকে ৪৫ ডিগ্রি কোনাকুনি তুলে ধরতে হবে। মোটা লাঠিটি যেন ডান হাতের ছড়ির উপর ভর দিয়ে তা অপর প্রান্ত মাটিতে ঠেকিয়ে ৪৫ ডিগ্রি কোনাকুনি ভাবে দাঁড়িয়ে পড়ে। তারপর ডান হাতের ছড়ি দিয়ে ঐ মোটা লাঠিটিকে এমন ভাবে ধাক্কা দিতে হবে যাতে সেটি আবার বাঁ হাতের ছড়ির উপর ৪৫ ডিগ্রি কোনাকুনি ভাবে এসে পড়ে। এইভাবে কয়েকবার করার পর ডান হাতের ছড়িটি দিয়ে মোটা লাঠিটিকে একটু উপর দিকে তুলে দিতে হবে এবং ডান হাত ও বাঁ হাতের ছড়ি দিয়ে মোটা লাঠিটিকে এমনভাবে নাচাতে হবে যাতে সেটি শূন্যে ৪৫ ডিগ্রি কোনাকুনি ভাবে নাচতে থাকে। এইভাবে অন্ততঃ দশদিন অনুশীলন করার পর মোটা লাঠিটিকে শূন্যে ঘোরানো অভ্যাস করতে হবে।

হাতের দুটি ছড়ির সাহায্যে শূন্যে মোটা লাঠিটিকে নাচাতে নাচাতে এমন ভাবে ডান হাতের ছিড়িটি দিয়ে সামনের দিকে একটু ধাক্কা দিতে হবে যাতে মোটা লাঠিটির মাথা সামনের দিকে চলে যায়, পরক্ষণেই বাঁ হাতের ছড়িটি দিয়ে মোটা লাঠিটির মাথাটিকে নিজের কোলের দিকে টেনে নিতে হবে, তাহলেই মোটা লাঠিটি বন বন করে শূন্যে ঘুরতে থাকবে। এইভাবে অন্তত ৫ দিন অনুশীলন করার পর খেলাটি আয়ত্তে এসে যাবে। এরপর মোটা লাঠিটিকে একহাতের ছড়ির সাহায্যে ঘোরানো অভ্যাস করতে হবে।

ডান হাতের ছড়ি মোটা লাঠির মাথার দিকে ২/৩ অংশে ঠেকিয়ে বাঁ দিক থেকে ডান দিকে এমনভাবে পাক দিতে হবে যাতে ডান হাতের ছড়ির উপর ভর রেখে মোটা লাঠিটি ঘুরতে থাকে। এই খেলার সময় হাতের কনুইটি একটু ভাঁজ করে ঘুরন্ত মোটা লাঠির ভারসাম্য বজায় রেখে হাতের কব্জির সাহায্যে ঘুরিয়ে যেতে হবে। ডান হাতের ছড়িটির সাহায্যে মোটা লাঠিটি ঘোরানো যখন পুরোপুরি রপ্ত হয়ে যাবে তখন বাঁ হাতে অভ্যাস করতে হবে। কিন্তু মনে রাখতে হবে বাঁ হাতের ছড়ির সাহায্যে মোটা লাঠিটি ঘোরাবার সময় সেটি ডান দিক থেকে বাঁ দিকে ঘুরবে। এই ভাবে লাঠি ঘোরানো শিখতে প্রায় ১০ দিন লেগে যাবে। এবার ডান হাতের ছড়ি দিয়ে ঐ মোটা লাঠিটিকে উপর দিকে এমন ভাবে ছুঁড়তে হবে যাতে লাঠিটি পাশাপাশি ডিগবাজি খেতে খেতে বাঁ হাতের ছড়ির উপর এসে পড়ে আবার পরক্ষণেই বাঁ হাতের ছড়ি দিয়ে একই ভাবে উপর দিকে ছুঁড়তে হবে যাতে ডিগবাজি খেতে খেতে ডান হাতের ছড়ির উপর পড়ে। এই খেলাটি অন্তত ১০ দিন অনুশীলন করতে হবে। তারপর স্টিকের দুই প্রান্তে কেরোসিন তেল ঢেলে আগুন জ্বালিয়ে পূর্বের ন্যায় দুহাতের দুটি ছড়ি দিয়ে ঘোরানো অনুশীলন করতে হবে। ভাল ভাবে অনুশীলন হলে একটি রোলারের উপর ব্যালেন্স করা ভালভাবে অনুশীলন করতে হবে। ব্যালেন্স আয়ত্তে এলে কাঠের পাটাতনের উপর দাঁড়িয়ে জ্বলন্ত আগুন সমেত স্টিক জাগলিং অনুশীলন করতে হবে। চমৎকার ভাবে প্রদর্শন করলে খেলাটি আকর্ষনীয় হয়ে উঠবে।

রোলার ব্যালেন্সের উপর ফায়ার ষ্টিক জাগলিং

এক জাগলার পার্শ্বসঙ্গীত বাজিয়ে রং বেরং এর সাজ পোশাক পরিধান করে ও আলোর জাঁকজমকের মাঝে সাধারণ টেবিলের উপর একটি কাঠের রোলার রাখলেন তারপর একটি কাঠের পাটাতন আস্তে আস্তে ঐ রোলারের উপর বসিয়ে দিলেন। টেবিলের উপর রোলারটি গড়াতে লাগল আর তার তালে তালে কাঠের পাটাতনটি দুলতে লাগল। ঐ জাগলার এক লাফ দিয়ে পাটাতনের উপর উঠে দাঁড়ালেন। রোলার গড়াচ্ছে পাটাতন দুলছে, জাগলারও তার তালে তালে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। তারপর পাটাতনের উপর বাঁ পাশে ফিরে দাঁড়ালেন, ডান পাশে ফিরে দাঁড়ালেন আবার কখনো বসলেন। তারপর পাটাতন থেকে লাফ দিয়ে টেবিলের উপর নামলেন। একহাত লম্বা তিনটি লাঠির মাথায় কাপড়ের ফালি জড়িয়ে কেরোসিন তেল ঢেলে দিয়ে আগুন লাগিয়ে দিলেন। ওই একহাত লম্বা তিনটি লাঠির মাথায় আগুন জ্বলতে লাগল দাউ দাউ করে। ডান হাতে দুটি লাঠির নীচের অংশ ধরলেন এবং বাঁ হাতে একটি লাঠির নীচের অংশ ধরলেন। তরপর লাফ দিয়ে রোলারের উপর উঠে দাঁড়ালেন। রোলারের উপর ব্যালেন্স করতে করতে তিনটি জ্বলন্ত লাঠি দুহাতে লোফালুফি করতে লাগলেন। লাঠির মাথায় আগুনগুলি সাঁই সাঁই শব্দে ঘুরতে লাগল। প্রতিবারই জাগলার এমনভাবে লাঠিগুলি ছুঁড়ছেন যাতে একটির সঙ্গে অপরটির ধাক্কা না লাগে। প্রতিবারই আগুনের লাঠিগুলি একপাক করে ঘুরে ঘুরে জাগলারের হাতে এসে পড়ছে। জাগলারও প্রতিবারই লাঠির নিজের অংশগুলি লুফছেন, কোন মতেই আগুনে তাঁর হাত পড়ছে না। তারপর তিনটি লাঠি দুহাতে লুফে ধরলেন এবং এক লাফ দিয়ে টেবিলের উপর দাঁড়ালেন। পরে দর্শকদের অভিবাদন জানিয়ে টেবিল থেকে নেমে গেলেন।

খেলার উপকরণ ঃ

(১) ৫" ডাইমিটারের এবং ১' লম্বা কাঠের তৈরী একটি রোলার

(২) ১০" চওড়া এবং ২' লম্বা কাঠের তৈরী একটি পাটাতন যাতে ১/২" চওড়া এবং ১০" লম্বা দুইটি কাঠের বিট শক্তভাবে আঁটা থাকবে পাটাতনের উপর চওড়ার দিকে।

(৩) একটি কাঠের তৈরী সাধারণ টেবল যার দৈর্ঘ্য ৩', প্রস্থ ২' এবং উচ্চতা ৩' অন্ততঃ হবে।

খেলাটি কিভাবে শিখতে হবে ঃ

প্রথমে মাটিতে একটি বড় লম্বা চওড়া কাঠের তক্তা পেতে, কাঠের রোলার রেখে, তার উপর পাটাতনটি ঐ রোলারের উপর ভালভাবে রাখতে হবে। পাটাতনের দুপাশে দুহাত দিয়ে চাপ দিয়ে রোলার গড়াতে হবে। শরীরে ব্যালেন্সের ধারণা এসে গেলে একটি দেওয়ালের ধারে গিয়ে দেওয়াল ধরে ঐ পাটাতনের উপর দুপা দিয়ে আস্তে আস্তে উঠে দাঁড়াতে হবে। শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে পাটাতনের উপর ব্যালেন্স করতে হবে।

বেশ কিছুদিন অনুশীলন করার পর যখন পুরোপুরি ব্যালেন্স আয়ত্তে এসে যাবে তখন দেওয়ালের দিক থেকে সরে এসে ফাঁকা জায়গায় কয়েকদিন ব্যালেন্স করতে হবে। তারপর সোজাভাবে লাফ দিয়ে সোজাভাবেই পাটাতনে দুপা রাখতে হবে। এই ভাবে অনুশীলন করার পর পাটাতনের উপর এক লাফ দিয়ে বিপরীত দিকে দাঁড়াতে হবে। অনুশীলন যখন সম্পূর্ণ আয়ত্তে এসে যাবে, তখন রোলার ব্যালেন্সের উপর ইন্ডিয়ান স্টিক জাগলিং উইথ ফ্যায়ার অনুশীলন করতে হবে। ইন্ডিয়ান স্টিক জাগলিং উইথ ফায়ার এর বর্ণনা দেওয়া হল। আড়াই ফুট লম্বা একটি বেতের ছড়ির দুই মাথায় কাপড়ের তৈরী ছোট সাইজের বলে কেরোসিন তেল ঢেলে আগুন জ্বালিয়ে দিতে হবে। তারপর দু হাতে দুটি কাঠের তৈরী ছোট ছড়ির সাহায্যে ঐ জ্বলন্ত বড় ছড়িটিকে ঘোরাতে হবে। কখনো একপাক, কখনো দুপাক আবার কখনো বন বন করে বারবার ঘোরাতে হবে। কাপড়ের তৈরী জ্বলন্ত বল দুটি সাঁই সাঁই শব্দে ঘুরতে থাকবে।

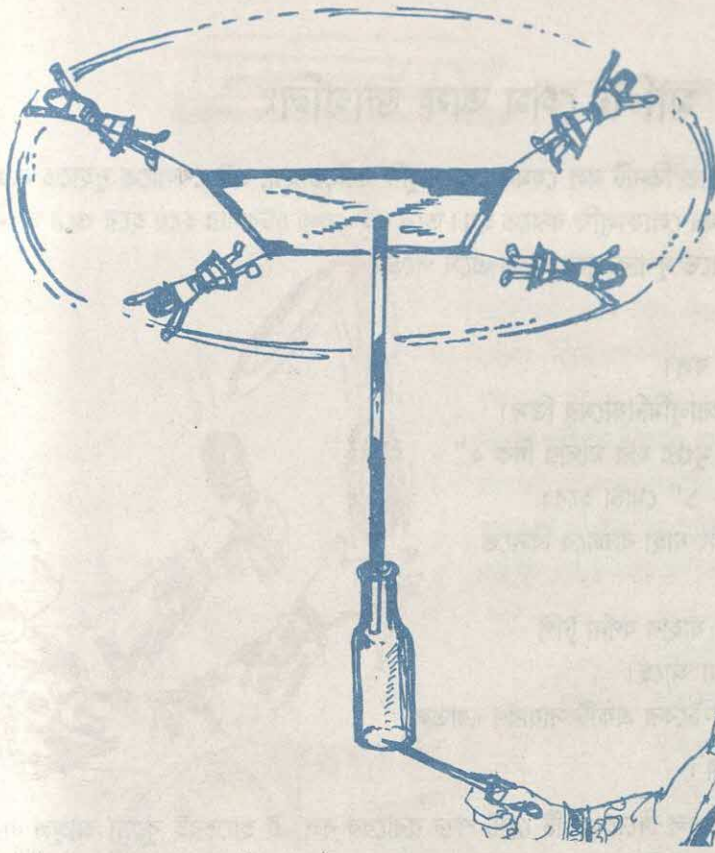
ঘুরন্ত বোতলের উপর ঘুরন্ত চর্কি

একটি কাঁচের সাধারণ বোতলের মাথায় একফুট লম্বা একটি অ্যালুমিনিয়ামের পাইপ শক্তভাবে ফিট করে পাইপের মাথায় একফুট বাই একফুট একটি প্লাস্টিকের পাতলা প্লেট শক্তভাবে ফিট করে জাগলার বাঁ হাতে ধরে আসরে এলেন। একফুট লম্বা একটি ছুঁচালো ছোরা ডান হাতে ধরে ঐ বোতলের তলায় ছোরার মাথাটিকে লাগালেন। তারপর বাঁ হাত সরিয়ে নিয়ে ডান হাতের ছোরার মাথায় সম্পূর্ণ ভারসাম্য বজায় রেখে বাঁ দিক থেকে ডান দিকে ঘোরাতে শুরু করে দিলেন। দেখা গেল ডান হাতের ছোরার ছুঁচালো মাথায় বোতলটি, পাইপটি এবং তার সঙ্গে সঙ্গে প্লাস্টিকের প্লেটটিও বন বন করে ঘুরছে। ঐ অবস্থায় জাগলার মাটিতে হাঁটু গেড়ে বসে পড়লেন। আবার উঠে দাঁড়িয়ে নেচে নেচে ঘুরে ফিরে হাসি মুখে খেলা দেখাতে লাগলেন। তারপর খেলাটিকে থামিয়ে প্লেটের চারকোণে চারটি প্লাস্টিকের হালকা পুতুল সুতো দিয়ে ঝুলিয়ে দিলেন। পুনরায় ডানহাতের ছোরাটির ছুঁচালো মাথায় ঐ বোতলটির তলার দিকটি বসিয়ে দিলেন। বাঁ হাত ছেড়ে দিয়ে ডান হাতের সাহায্যে বোতলটিকে বাঁ দিক থেকে ডান দিকে ঐ আগের মতই ঘোরাতে শুরু করলেন। দেখা গেল প্লেটের চারকোণে সূতো দিয়ে ঝোলানো চারটি প্লাস্টিকের পুতুল চরকির মত বন বন করে ঘুরতে লাগল। ঐ অবস্থায় ঘোরাতে ঘোরাতে ছোরাটিকে উপরদিকে সোজা করে ধরলেন। তখনও ছোরার মাথায় চর্কিটি ঘুরতে লাগল। কয়েক সেকেন্ড পর কনুইটি ভাঁজ করে আগের অবস্থায় এলেন ঐ জাগলার।

খেলার উপকরণ :

একটি সাধারণ রঙিন কাঁচের বোতল, একফুট লম্বা অ্যালুমিনিয়ামের একটি পাইপ, একফুট বাই একফুট একটি প্লাস্টিকের প্লেট, চারটি চাররঙের প্লাস্টিকের হালকা পুতুল, একফুট লম্বা একটি লোহার তৈরি ছুঁচালো ছোরা ও খানিকটা শক্ত সুতো কালো রং-এর। বোতলের মুখের ডাইমিটারের সাইজে অ্যালুমিনিয়ামের পাইপটি এমন ভাবে ফিট করতে হবে যাতে বোতলে পাইপটি ফিট হয়। কাঁচের বোতল, অ্যালুমিনিয়ামের পাইপ ও প্লাস্টিকের প্লেট যেন একেবারে ফিক্সড্ থাকে। প্লাস্টিকের প্লেটের চার কোণে চারটি গর্ত করে নিতে হবে। তাতে কালো শক্ত সুতো দিয়ে চারটি পুতুল ভাল ভাবে বাঁধতে হবে।

খেলাটি কি ভাবে খেলতে হবে ঃ

এক ফুট একটি লোহার তৈরী ছোরার হাতলের দিকটি ডান হাত দিয়ে চেপে ধরে কনুইটি ভাঁজ করে ছোরার ছুঁচালো মুখের উপর চর্কিযুক্ত বোতলের তলার দিকটি আস্তে আস্তে বসিয়ে দিতে হবে বাঁ হাতে ধরে। তারপর বাঁ হাতটি সরিয়ে নিয়ে ডান হাতে ছোরার মাথায় চর্কির ভারসাম্য সম্পূর্ণভাবে বজায় রেখে বাঁ দিক থেকে ডান দিকে ঘোরাতে শুরু করতে হবে। চোখের দৃষ্টি উপরের প্লাস্টিকের প্লেটের দিকে রেখে চর্কিটিকে ব্যালেন্স-এ ঘোরাতে হবে। ঐ আবস্থায় মাটিতে হাঁটু গেড়ে বসে খানিকক্ষণ ঘোরাতে হবে তারপর পুনরায় উঠে

দাঁড়িয়ে ঘোরাতে হবে এবং নেচে নেচে ঘুরে ফিরে সামনের দিকে হাঁটা এবং পিছন দিকে হাঁটা অনুশীলন করতে হবে। তারপর প্লেটের চারকোণে চারটি গর্তে সুতো বেঁধে চারটি প্লাসটিকের পুতুল ঝুলিয়ে দিতে হবে। আগের মতো ছোরার সাহায্যে বোতলটি ঘোরাতে হবে। দেখা যাবে পুতুলগুলি গোলাকারে বন বন করে ঘুরে ঘুরে যাচ্ছে। এইভাবে খানিকক্ষণ প্রদর্শনের পর আস্তে আস্তে খেলাটি সমাপ্ত করতে হবে।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা ঃ

(১) বোতলের তলায় ছুঁচালো ছোরা লাগিয়ে একটু ঘোরালেই চর্‌কিযুক্ত বোতলটি বন বন করে ঘুরতে থাকবে। তখন ঐ অবস্থায় গতি শক্তি কাজ করে।

(২) বোতলের তলার কেন্দ্রবিন্দুতে ছোরার ছুঁচালো মুখটি লাগলে বোতলটি তার নিজস্ব ভারসাম্য বজায় রেখে আপন গতিতে ঘুরতে থাকে।

(৩) চর্‌কির মাথার দিকটি একটু ভারি হওয়ায় চর্‌কিটি ছোরার মাথায় ব্যালেন্সে ঘুরতে থাকে।

মাল্টি গেম অফ জাগলিং

বল লোফালুফির খেলাতে দুহাতে তিনটি বল যেমন লোফালুফি করতে হয়, এই খেলাতে দুহাতে একটি বল একটি ডিস ও একটি মুগুর তেমন লোফালুফি করতে হয়। তবে এই খেলা চটকদার হয়ে হয়ে ওঠে তখন, যখন মুগুরটি একপাক ঘোরার পরিবর্তে দুপাক ঘুরে হাতে এসে পড়ে।

খেলাটির উপকরণ :

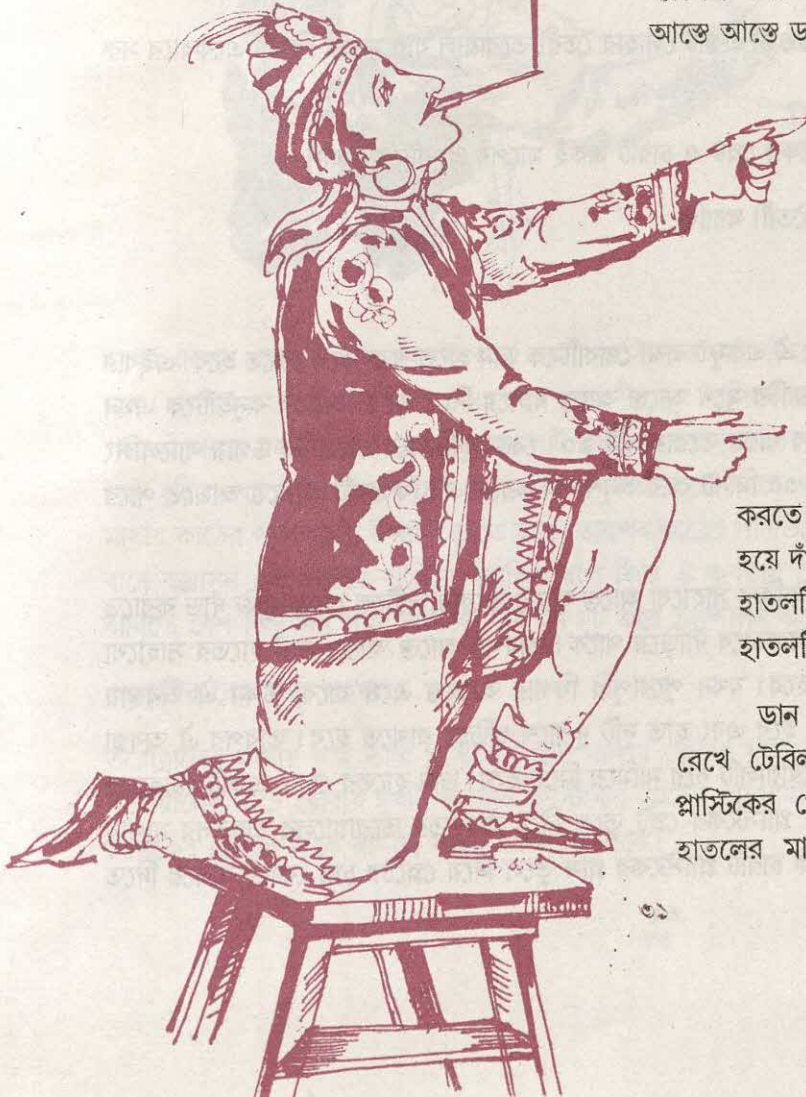
১) একটি ছোট শক্ত রবারের বল।
২) একটি ৯" ডাইমিটারের অ্যালুমিনিয়ামের ডিস।
৩) একটি ১৫" লম্বা কাঠের মুগুর যার মাথার দিক ২" মোটা এবং হাতলের দিক ১" মোটা হবে।
৪) একটি সাধারণ রবারের রিং যাহা বাজারে কিনতে পাওয়া যায়।
৫) একটি বেতের তৈরী টুপি যাহার বর্ণনা টুপি লোফালুফি খেলায় দেওয়া আছে।
৬) কাঁচের, কাঠের কিংবা প্লাস্টিকের একটি সাধারণ বোতল।

খেলাটি কি ভাবে শিখতে হবে :

ডান হাতের তালুতে তিনটি আঙুল দিয়ে একটি ছোট শক্ত রবারের বল, ঐ হাতেরই বুড়ো আঙ্গুল এবং তার পাশের আঙ্গুল দিয়ে একটি ৯" ডাইমিটারের অ্যালুমিনিয়ামের ডিস ধরতে হবে এবং বাঁ হাতের পাঁচটি আঙ্গুল দিয়ে একটি কাঠের মুগুর ধরে প্রথমেই ডান হাতের ডিসটি একফুট উচ্চতায় ছুঁড়ে দিয়ে বাঁ হাতে লোফার আগেই বাঁ হাতের মুগুরটি ঐ একফুট উচ্চতায় ছুঁড়ে দিতে হবে। বাঁ হাতের ডিসটি লুফে নিয়ে ডান হাতের বলটি ঐ একই উচ্চতায় ছুঁড়ে দিয়ে মুগুরটি লুফে নিতে হবে। এইভাবে দুহাতে তিনটি বল, ডিস, মুগুর লোফালুফি করতে হবে। মনে রাখতে হবে প্রতিবারই মুগুরটি যেন একপাক করে ঘুরে আসে এবং প্রতিবারই মুগুরের হাতলটি ধরতে হবে। বল, ডিস, মুগুর প্রতিবারই এমন ভাবে ছুঁড়তে হবে যাতে একটির সঙ্গে অপরটির ধাক্কা না লাগে। ঐ অবস্থায় মুগুরটি একপাক ঘোরানোর পরিবর্তে মাঝে মাঝে দুপাক ঘুরিয়ে দিতে হবে এবং ঠিক হাতলের দিকটি লুফে নিতে হবে। কখন ডান হাতের সাহায্যে আবার কখন বাঁ হাতের সাহায্যে মুগুরটি দুহাতে ঘোরাতে হবে। দুহাতে বল, ডিস, মুগুর লোফালুফি করতে করতে হাঁটু গেড়ে মাঝে মাঝে বসে পড়তে হবে এবং অল্পক্ষণ লোফালুফি করার পর উঠে দাঁড়িয়ে আবার লোফালুফি করতে হবে। খেলা শেষ করবার আগে ডিসটি এমন ভাবে চিৎ করে লুফতে হবে যাতে উপরের বলটি এসে ডিসের উপর পড়ে। বল ডিস ও মুগুরের পরিবর্তে রবারের রিং, টুপি ও বোতল দিয়েও এই খেলা দেখানো যায়। নিজের ইচ্ছা ও যোগ্যতা অনুযায়ী আরও নানা প্রকার ব্যবহারিক জিনিস দিয়েও এই খেলা অনুশীলন ও প্রদর্শন করা যায়।

তরোয়ালের মাথায় প্লেট ব্যালেন্সিং

জাগলার বাঁহাতে আড়াই ফুট লম্বা একটি লোহার তরোয়াল এবং ডান হাতে এক ফুট লম্বা একটি লোহার ছোরা নিয়ে আসরে এলেন। তারপর ডান হাতের ছোরার ডগায় বাঁহাতের তরোয়ালের মুখটি আস্তে আস্তে বসিয়ে দিলেন এবং বাঁহাত সরিয়ে নিলেন। ডান হাতের ছোরার সাহায্যে তরোয়ালটিকে ৯০° লম্বভাবে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। ঐ অবস্থাকে বজায় রেখে আস্তে আস্তে ডান হাতের সাহায্যে ছোরার হাতলটিকে মুখে করে ধরলেন। তারপর দুটি হাত দুপাশে ছড়িয়ে দিয়ে নিজের শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে মুখে করে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। মুখের ছোরাটি খুলে নিয়ে ডান হাতের সাহায্যে উপরের তরোয়ালটিকে লম্বভাবে তুলে ধরলেন। বাঁহাতটিকে আগের মতই পাশে ছড়িয়ে রেখেছেন। জাগলার আস্তে আস্তে হাঁটু গেড়ে বজ্রাসনে বসলেন এবং ব্যালেন্সিং করতে লাগলেন। তারপর পূর্বের মত সোজা হয়ে দাঁড়ালেন। ডান হাতের সাহায্যে ছোরাটির হাতলটিকে এবং বাঁহাতের সাহায্যে তরোয়ালের হাতলটিকে ধরে নামিয়ে নিলেন।

ডান হাতের ছোরাটি একটি টেবিলের উপর রেখে টেবিল থেকে একফুট বাই একফুট একটি প্লাস্টিকের প্লেট তুলে নিয়ে বাঁহাতের তরোয়ালের হাতলের মাথায় বসিয়ে দিলেন, তারপর টেবিল

থেকে চারটি প্লাস্টিকের গ্লাস তুলে নিয়ে ঐ প্লেটের চারকোণে বসিয়ে দিলেন। শুধু তাই নয় একফুট বাই একফুট আর একটি প্লাস্টিকের প্লেট টেবিল থেকে তুলে নিয়ে ঐ চারটি গ্লাসের মাথায় আস্তে আস্তে বসিয়ে দিলেন। ঐ অবস্থায় তরোয়ালটির মুখে ডান হাতের ছোরাটির মুখ লাগিয়ে দিয়ে ডান হাতের সাহায্যে ব্যালেন্স করলেন এবং আস্তে আস্তে একটি ঘরাঞ্চির প্রতিটি ধাপ দিয়ে উঠে কাঠের পাটাতনের উপর দাঁড়ালেন, তারপর পাটাতনের উপর দাঁড়িয়ে ছোরার হাতলটি মুখে করে চেপে ধরলেন এবং ব্যালেন্স করতে লাগলেন। তারপর ছোরার হাতলটি মুখের থেকে নামিয়ে পূর্বের অবস্থায় এসে বজ্রাসনে বসলেন। অল্পক্ষণ পরে পুনরায় দাঁড়িয়ে ঘরাঞ্চি থেকে নেমে এলেন।

খেলার উপকরণ ঃ

(১) ১ ফুট লম্বা এবং ১ ইঞ্চি চওড়া একটি লোহার তৈরী ছোরা, যার মুখের দিকটি একেবারে সুচালো হবে এবং কাঠের তৈরী হাতলটি পাতলা হবে।

(২) ২$^{১}/_{২}$ ফুট লম্বা এবং ১$^{১}/_{২}$ ইঞ্চি চওড়া একটি লোহার তৈরী তরোয়াল যার মুখের দিকটি একেবারে সরু হবে।

(৩) একফুট বাই একফুট দুটি প্লাসটিকের প্লেট ও চারটি একই মাপের প্লাসটিকের গ্লাস।

(৪) পাঁচফুট উচ্চতায় একটি কাঠের তৈরী ঘরাঞ্চি

খেলাটি কি ভাবে শিখতে হবে ঃ

মুখ ভরা হাসি এবং আনন্দ ভরা মন নিয়ে ঐ একফুট লম্বা ছোরাটিকে ডান হাতে শক্ত করে ধরতে হবে। এইবার ২$^{১}/_{২}$ ফুট লম্বা তরোয়ালটির মুখটি ছোরাটির মুখে আস্তে আস্তে বসিয়ে দিতে হবে। হাতের কনুইটিকে এমন ভাবে ভাঁজ করে ছোরাটিকে রাখতে হবে যাতে তরোয়ালটি ৯০° কোনাকুনিভাবে ছোরাটির ডগায় ব্যালেন্সিং অবস্থায় দাঁড়িয়ে থাকে। প্রতিদিন অন্ততঃ ৩০ মিনিট করে অনুশীলন করলে এই ফিগারটি আয়ত্তে আসতে পারে ১৫ দিনে।

তারপর ছোরার হাতলটি শক্ত করে ধরে কব্জির সাহায্যে আস্তে আস্তে তরোয়ালটিকে সোজাসুজি দাঁড় করাতে হবে। যাতে ছোরার ডগায় তরোয়ালটি লম্বভাবে দাঁড়িয়ে থাকে। তারপর আস্তে আস্তে ডান হাতের সাহায্যে ছোরার হাতলটি ধরে ব্যালেন্স করতে হবে। যখন পুরোপুরি ফিগার আয়ত্তে এসে যাবে, তখন ঐ অবস্থায় ছোরার হাতলটি মুখ দিয়ে চেপে ধরতে হবে এবং হাত দুটি দুপাশে ছড়িয়ে রাখতে হবে। তারপর ঐ অবস্থা থেকে ডান হাতে ছোরা এবং বাঁহাতে তরোয়ালটি ধরে নামিয়ে নিতে হবে। ডান হাতের ছোরা একটি টেবিলের উপর রেখে একফুট বাই একফুট একটি প্লাস্টিকের প্লেট তুলে নিয়ে বাঁহাতের তরোয়ালের হাতলের মাথায় বসিয়ে দিতে হবে। তারপর টেবিল থেকে চারটি প্লাস্টিকের গ্লাস তুলে নিয়ে প্লেটের চার কোণে বসিয়ে দিতে

হবে। এরপর একফুট বাই একফুট আর একটি প্লাস্টিকের প্লেট নিয়ে ঐ চারটি গ্লাসের মাথায় বসিয়ে দিতে হবে। এরপর তরোয়ালটির মুখে ডানহাতের ছোরাটির মুখ লাগিয়ে ডানহাতের সাহায্যে ব্যালেন্স করতে হবে। পরে ঐ অবস্থা বজায় রেখে ছোরাটির হাতলটি আস্তে আস্তে মুখে চেপে ধরতে হবে। মুখে ধরা ছোরার সাহায্যে প্লেট দুটিকে ব্যালেন্সে রাখতে হবে। এবার ঐ অবস্থায় আস্তে আস্তে ঘরাঞ্চির প্রতিটি ধাপ দিয়ে উঠে ঘরাঞ্চির মাথায় কাঠের পাটাতনের উপর দাঁড়াতে হবে। তারপর কাঠের পাটাতনের উপর বজ্রাসনে বসতে হবে। অল্পক্ষণ বাদে বজ্রাসন থেকে উঠে দাঁড়িয়ে ঘরাঞ্চির ধাপ দিয়ে ঐ অবস্থায় নেমে আসতে হবে। এই ফিগার আয়ত্তে আনতে বেশ কিছু দিন সময় লাগবে। তবু মন দৃঢ় করে অনুশীলন করে যেতে হবে।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা ঃ

তরোয়ালের মাথায় অল্প ভারি প্লাষ্টিকের প্লেট থাকায় ছোরার সাহায্যে বস্তুটিকে ব্যালেন্স করা সম্ভবপর হয়। তরোয়ালের নীচে ছোরার মুখটি ধরলেও প্লাস্টিকের প্লেটের ভারসাম্য বজায় থাকে। চোখের দৃষ্টি সঠিক ভাবে প্লাষ্টিকের প্লেটের দিকে রাখলে বস্তুটি ব্যালেন্সে থাকে।

ঘোড়ার উপর সোর্ড ফাইটিং ও ব্যালেন্সিং

বাঁশের বাখারি দিয়ে কাঠামো করে তার উপর আঠা দিয়ে কাগজ লাগিয়ে রুচিসম্পন্ন দুটি ঘোড়া দুই জাগলার কোমরে বেঁধে হাসতে হাসতে আসরে এলেন। তারপর ঐ দুই জাগলার দুটি ধারালো লম্বা তরোয়াল হাতে নিয়ে নাচতে নাচতে পরস্পর যুদ্ধ করতে লাগলেন। বেশ কিছুক্ষণ যুদ্ধ করার পর তাঁরা উভয়েই ঘুরে ফিরে নানা ভঙ্গিমায় খেলাটি জাগলিং-এ পরিবর্তন করলেন। তারপর তরোয়ালে তরোয়ালে স্পর্শ করে ঐ তরোয়ালের সাহায্যেই ব্যলেন্সের খেলা করতে লাগলেন। শুধু তাই নয় ঐ বড় লম্বা তরোয়ালের মুখে আর একটি ছোট তরোয়াল দিয়ে নানা ভঙ্গিমায় উভয়ে Sword Balance — এর খেলা দেখালেন ডান হাতের সাহায্যে। ক্রমশঃ ঐ অবস্থায় ছোট তরোয়ালের হাতলটি মুখে করে চেপে ধরে রাখলেন এবং হাত দুটি দুপাশে ছড়িয়ে রেখে মুখের সাহায্যে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। মজাটা আরও বেড়ে গেল তখন, যখন জাগলার লম্বা তরোয়ালের হাতলের মাথায় চার চারটি কাপ ডিস পরপর একটির মাথায় একটি করে সাজিয়ে রেখে ঐ আগের মতই মুখের সাহায্যে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। ঐ সময় অপর জাগলারটি নানা ভঙ্গিমায় খেলা দেখাতে লাগলেন। দর্শকরা আনন্দে অভিনন্দন জানালেন।

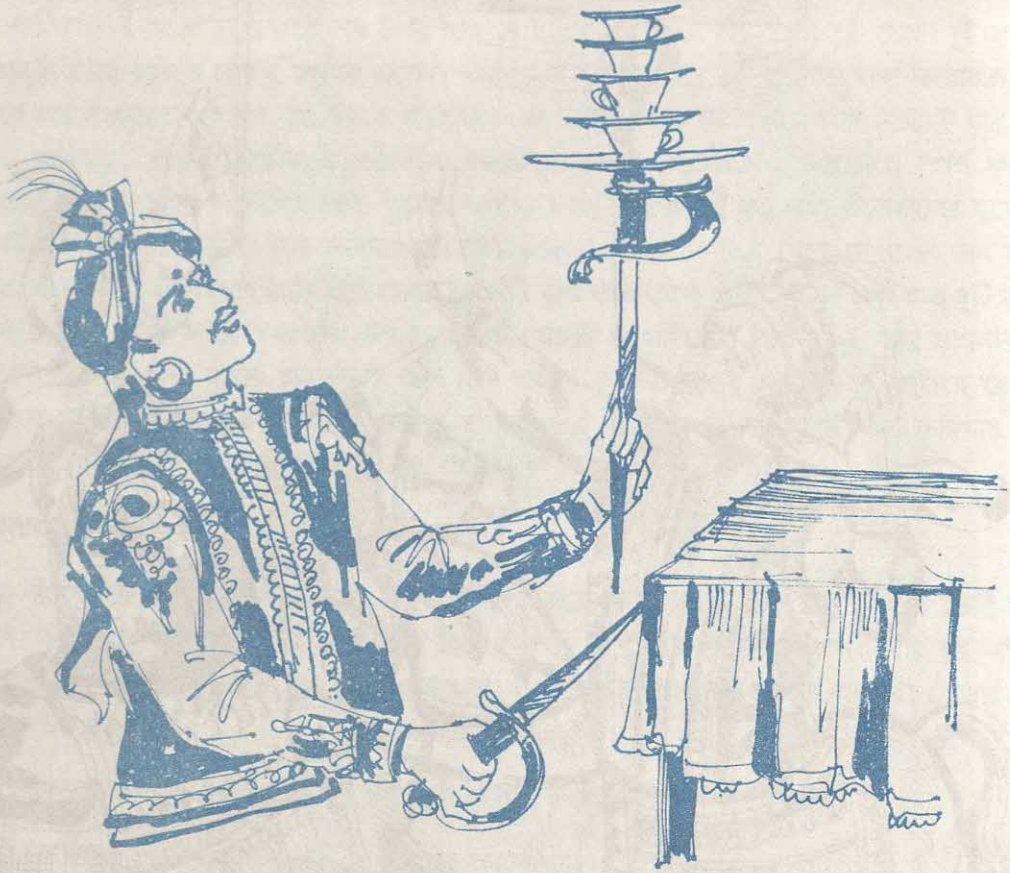
খেলার উপকরণ :

১) বাঁশের বাখারি দিয়ে তৈরী ঘোড়ার কাঠামোর উপর আঠা দিয়ে কাগজ লাগিয়ে দুটি ঘোড়া তৈরী করতে হবে। তার উপর ভাল রঙিন সাটিনের কাপড় দিয়ে সাজাতে হবে যাতে ঘোড়া দুটি আকর্ষণীয় হয়। ঘোড়ার দেহের মাপ তিন ফুট লম্বা ও দেড় ফুট চওড়া হবে। খেলোয়াড়ের শারীরিক সামর্থ্য অনুযায়ী ঘোড়ার ওজন হওয়া উচিত।

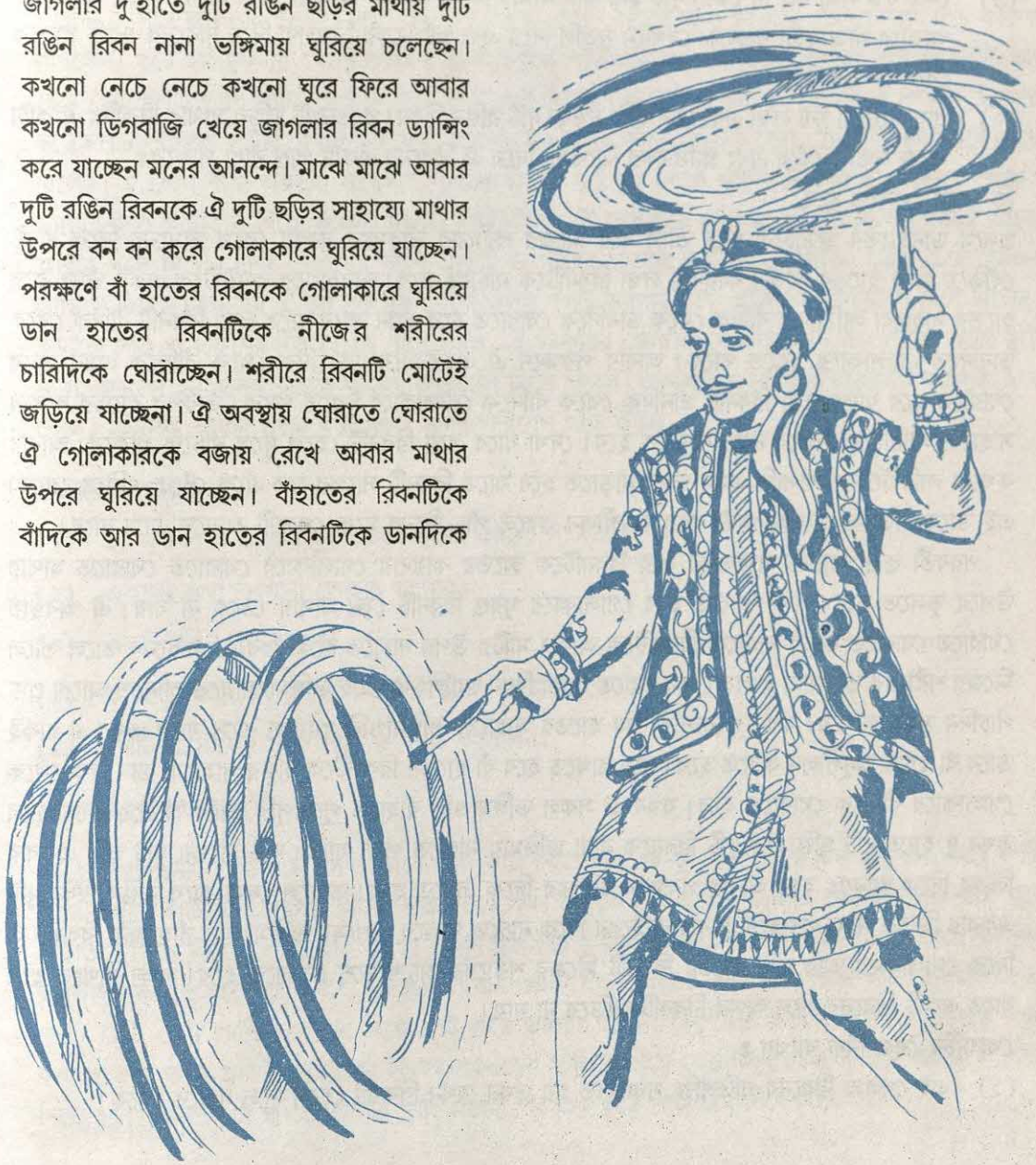
২) এক ফুট লম্বা দুটি ও আড়াই ফুট লম্বা দুটি লোহার তরোয়াল তৈরী করতে হবে।

৩) চার রঙের চারটি কাপ ও চারটি ডিস সংগ্রহ করতে হবে।

খেলাটি কি ভাবে শিখতে হবে :

একফুট লম্বা একটি তরোয়ালের হাতলটি ডান হাতে ধরে আড়াইফুট লম্বা আর একটি তরোয়াল বাঁ হাতে ধরে প্রথম তরোয়ালের মুখে দ্বিতীয় তরোয়ালটির মুখ এমন ভাবে বসিয়ে দিতে হবে যাতে দ্বিতীয় তরোয়ালটি ৯০° লম্বভাবে প্রথম তরোয়ালটির উপর ব্যালেন্স করতে থাকে। উক্ত ফিগার যখন সম্পূর্ণ আয়ত্তে এসে যাবে, তখন ঐ অবস্থায় হাঁটু গেড়ে বসে ব্যালেন্স করতে হবে। ক্রমশঃ আস্তে আস্তে উঠে দাঁড়িয়ে সামনের দিকে হাঁটা এবং পেছন দিকে হাঁটা অনুশীলন করতে হবে। উক্ত ফিগার যখন সম্পূর্ণ আয়ত্তে এসে যাবে, তখন প্রথম তরোয়ালের হাতলটি মুখে করে চেপে ধরে দ্বিতীয় তরোয়ালটিকে ব্যালেন্সে রাখতে হবে। তারপর ক্রমশ

নামিয়ে নিয়ে লম্বা তরোয়ালটি বাঁ হাতে এবং ছোট তরোয়ালটি ডানহাতে রাখতে হবে। এই লম্বা তরোয়ালটি বাঁ হাতে ধরে তার হাতলের মাথায় চারটি কাপ ডিস পরপর একটির মাথায় একটি করে সাজাতে হবে। তারপর আস্তে আস্তে বাঁ হাতে ধরে রাখতে হবে। ছোট তরোয়ালটির হাতলটি ডান হাতে ধরে তরোয়ালের মুখটি লম্বা তরোয়ালটির নীচের দিকে মুখে লাগিয়ে দিতে হবে। এই ভাবে প্রথম ডান হাতের সাহায্যে ব্যালেন্স করতে হবে। ঐ ব্যালেন্সিং যখন পুরোপুরি আয়ত্তে এসে যাবে তখন ছোট তরোয়ালটির হাতলটি মুখে চেপে ধরে মুখের সাহায্যেই দুহাতে ব্যালেন্স করতে হবে। চোখের দৃষ্টি বড় তরোয়ালের হাতলটির দিকে রাখতে হবে এবং দু হাত দুপাশে ছড়িয়ে রাখতে হবে। উক্ত খেলাটি নিয়মিত আধঘন্টা অনুশীলন করলে পাঁচ ছয় মাসের মধ্যে আয়ত্তে এসে যাবে।

রিবন ড্যান্সিং

জাগলার দু'হাতে দুটি রঙিন ছড়ির মাথায় দুটি রঙিন রিবন নানা ভঙ্গিমায় ঘুরিয়ে চলেছেন। কখনো নেচে নেচে কখনো ঘুরে ফিরে আবার কখনো ডিগবাজি খেয়ে জাগলার রিবন ড্যান্সিং করে যাচ্ছেন মনের আনন্দে। মাঝে মাঝে আবার দুটি রঙিন রিবনকে ঐ দুটি ছড়ির সাহায্যে মাথার উপরে বন বন করে গোলাকারে ঘুরিয়ে যাচ্ছেন। পরক্ষণে বাঁ হাতের রিবনকে গোলাকারে ঘুরিয়ে ডান হাতের রিবনটিকে নীজের শরীরের চারিদিকে ঘোরাচ্ছেন। শরীরে রিবনটি মোটেই জড়িয়ে যাচ্ছেনা। ঐ অবস্থায় ঘোরাতে ঘোরাতে ঐ গোলাকারকে বজায় রেখে আবার মাথার উপরে ঘুরিয়ে যাচ্ছেন। বাঁহাতের রিবনটিকে বাঁদিকে আর ডান হাতের রিবনটিকে ডানদিকে

একই সঙ্গে গোলাকারে ঘোরাচ্ছেন। মাঝখানে শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে নেচেই চলেছেন।

খেলার উপকরণ ঃ

(১) দেড় ফুট লম্বা বাঁশের তৈরী দুটি ছড়ি যার মাথার দিকটি একটু সরু হবে এবং মাথার দিকে একটি রিং আকারে খাঁজ কাটা থাকবে। যেখানে সুতলি দিয়ে এবং প্লাস্টিকের ত্রিকোণা দিয়ে রিবনের একটি প্রান্তকে বেঁধে রাখতে হবে।

(২) প্রায় পনেরো ফুট লম্বা এবং তিন ইঞ্চি চওড়া দুটি রঙিন রিবন। প্রত্যেকটি ছড়ির মাথার দিকটির ঐ কাটা খাঁজে সুতলি বেঁধে এবং প্লাস্টিকের ত্রিকোণা দিয়ে ঐ রিবনের একটি প্রান্ত বাঁধা থাকবে।

কি ভাবে খেলতে হবে

প্রথমে ডানহাতের ছড়িটিকে শক্ত ভাবে ধরে নিজের শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে সামনের দিকে একটু বেঁকিয়ে দিয়ে হাতের কব্জির কায়দায় লম্বা রিবনটিকে নাচাতে হবে। ডানহাতের কনুইটিকে একটু ভাঁজ করে হাতের সাহায্যে লাঠিটিকে বাঁদিক থেকে ডানদিকে ঘোরাতে হবে এমন ভাবে যাতে লম্বা রিবনটি বাঁদিক থেকে ডানদিতে গোলাকারে ঘুরতে থাকে। আবার পরক্ষণে ঐ একইভাবে ডান দিক থেকে বাঁদিকে এমন ভাবে ঘোরাতে হবে যাতে লম্বা রিবনটি ডানদিক থেকে বাঁদিকে গোলাকারে ঘুরতে থাকে। তারপর হাতের কব্জির সাহায্যে লাঠিটিকে উপরে নীচে নাড়াতে হবে। দেখা যাবে লম্বা রিবনটি হেলে দুলে নাচতে থাকবে। আবার কখনো লাঠিটিকে পাশাপাশি এমন ভাবে নাড়াতে হবে যাতে রিবনটি সাপের মত এঁকে বেঁকে এগিয়ে আসে। এই ভাবে প্রতিদিন প্রায় আধঘন্টা করে অনুশীলন করলে পাঁচ দিনের মধ্যে খেলাটি আয়ত্তে এসে যাবে।

পরবর্তী স্তরে লাঠিটি শক্তভাবে ধরে রিবনটিকে হাতের কায়দায় গোলাকারে ঘোরাতে ঘোরাতে মাথার উপরে তুলতে হবে। লক্ষ্য রাখতে হবে গোলাকারে ঘুরন্ত রিবনটি যেন মাথায় ঠেকে না যায়। ঐ অবস্থায় ঘোরাতে ঘোরাতে ছড়ির সাহায্যে রিবনটিকে আবার মাটির উপর নাচাতে হবে। রিবনের নাচনের তালে তালে নিজের শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে নাচতে হবে। রিবন ড্যান্সিং-এর এই ভঙ্গিমা আয়ত্তে আনতে আরো প্রায় পাঁচদিন সময় লাগবে। যখন পুরোপুরি ডান হাতের সাহায্যে ভঙ্গিমাগুলি আয়ত্তে এসে যাবে তখন ঐ একই ভাবে বাঁ হাতে অনুশীলন করতে হবে। মনে রাখতে হবে বাঁ হাতের রিবনটিকে ছড়ির সাহায্যে ডান দিক থেকে গোলাকারে বাঁদিকে ঘোরাতে হবে। যখন ঐ সকল ভঙ্গিমাগুলি বাঁহাতে পুরোপুরি ভাবে আয়ত্তে এসে যাবে তখন দু হাতে দুটি ছড়ি ধরে দুটি রিবনকে নানা ভঙ্গিমায় নাচাতে পারা যাবে। দুটি হাতের দুটি ছড়ি একবার ভিতর দিকে আনতে হবে আবার পরক্ষণে বাইরের দিকে টানতে হবে। তাহলে দেখা যাবে রঙিন রিবন দুটি একবার ভিতর দিকে পরক্ষণে আবার বাহিরের দিকে নাচতে থাকবে। শেষের ভঙ্গিমা হবে বাঁহাতের রিবনটি বাঁ দিকে গোলাকারে আর ডান হাতের রিবনটি নিজের শরীরের আশেপাশে ঘোরাতে হবে। লক্ষ্য রাখতে হবে যাতে একটি রিবনের সঙ্গে অপর রিবনটি জড়িয়ে না যায়।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা ঃ

(১) এই খেলায় রিবনের গতিশক্তি সঞ্চালিত হয় তখন, যখন রিবনটি হেলে-দুলে নাচতে থাকে।

ড্যাগার থ্রোইং উইথ ফায়ার গেম

খেলার আসরে জাগলার ছয় ফুট লম্বা তিন ফুট চওড়া একটি কাঠের পাঠাতন এনে সোজা ভাবে দাঁড় করিয়ে রাখলেন। পরে ছয় ফুট দূর থেকে দশখানা ড্যাগার ছুঁড়ে পাটাতনে পর পর গিঁথে দিলেন। তারপর প্লাস্টিকের ছোট ছোট দশটি পাখি পাটাতনে পিন দিয়ে সেট করে দিলেন। পুনরায় ঐ ছয় ফুট দূর থেকে দশখানা ড্যাগার ছুঁড়ে দশটি পাখিকে পাটাতনে গিঁথে দিলেন। তারপর বড় রঙিন রুমাল দিয়ে নিজের চোখ দুটি ভালভাবে বেঁধে নিলেন। ঐ চোখ বাঁধা অবস্থায় জাগলার পুনরায় ঐ ছয় ফুট দূর থেকে পাটাতনের কাছে গেলেন। দশখানা ড্যাগার ছুঁড়ে পাটাতনে বিঁধে দিলেন। মজাটা কিন্তু এইখানেই শেষ হয়ে গেল না, প্রতিটি ড্যাগার আস্তে আস্তে আবার খুলে নিলেন এবং কাপড়ের ফালি প্রতিটি ড্যাগারের হাতলে জড়িয়ে কেরোসিন তেল ঢেলে আগুন লাগিয়ে দিলেন। পুনরায় ঐ ছয় ফুট দূর থেকে জ্বলন্ত দশটি ড্যাগার ছুঁড়ে পাটাতনে অনায়াসে বিঁধে দিলেন। আনন্দে শিশু ও তরুণের দল হৈ হৈ করে উঠল। ঐ চমকদার খেলা দেখে কয়েকজন জাগলারের কাছে ছুটে গেল, আনন্দে হ্যান্ডসেক করতে লাগল, হাততালি দিতে লাগল। জাগলার ও দর্শক উভয়েরই মন প্রফুল্ল হয়ে উঠল। মানসিক আদান প্রদান ঘটল এবং সুন্দর পরিবেশ গড়ে উঠল।

খেলার উপকরণ ঃ

(১) ছয় ফুট লম্বা ও তিন ফুট চওড়া একটি কাঠের পাটাতন।

(২) একফুট লম্বা দশখানা লোহার ড্যাগার।

(৩) একটি রঙিন বড় রুমাল।

(৪) কাপড়ের কয়েকখানা ফালি ও খানিকটা কেরোসিন তেল।

(৫) দশটি প্লাস্টিকের ছোট পাখি ও দশটি আলপিন।

কিভাবে খেলতে হবে ঃ

কাঠের পাটাতনটি দেওয়ালে সোজাভাবে সেট করে দিয়ে প্রায় ছয় ফুট দূর থেকে এক একখানা করে দশটি ড্যাগার ছুঁড়ে পাটাতনে পরপর গিঁথে দিতে হবে। লক্ষ্য রাখতে হবে প্রতিটি ড্যাগার যেন একপাক করে ঘুরে পাটাতনে গিয়ে বিঁধতে পারে। এই অবস্থা সম্পূর্ণ রপ্ত হয়ে যাবার পর নিজের চোখ রুমাল দিয়ে বেঁধে বার বার অনুশীলন করতে হবে। চোখ বাঁধা অবস্থায় ড্যাগার থ্রোইং যখন আয়ত্তে এসে যাবে তখন পাটাতনে প্লাস্টিকের দশটি ছোট ছোট পাখি আলপিন দিয়ে সেট করে ড্যাগার থ্রোইং অনুশীলন করতে হবে। ঐ ফিগার যখন করায়ত্ত হবে তখন প্রতিটি ড্যাগারের হাতলে কাপড়ের ফালি জড়িয়ে কেরোসিন তেল লাগিয়ে আগুন লাগিয়ে দিতে হবে। তারপর ঐ জ্বলন্ত ড্যাগার গুলি একের পর এক ছুঁড়ে পাটাতনে বিঁধে দিতে হবে।

খেলাটির বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা ঃ

যখন ড্যাগারের মুখটি ধরে পাটাতনের দিকে ছুঁড়ে দেওয়া হয় তখন ড্যাগারের গতিশক্তি প্রভাবিত হয়। গতি শক্তির সামঞ্জস্য অবশ্যই বজায় রাখা উচিৎ। গতিশক্তি বেশী বা কম যেন না হয়। পাটাতনে যাতে ড্যাগারটি বিঁধে যেতে পারে সেই পরিমাণ গতিশক্তি অবশ্যই বজায় রাখা উচিত। হাতলের জ্বলন্ত আগুন তার আপন বশেই জ্বলতে থাকবে।

শারীরিক যোগ্যতা ঃ

(১) দৃষ্টি শক্তি ভাল থাকা একান্ত প্রয়োজন। কারণ এই খেলায় দৃষ্টিকেই প্রাধান্য দেওয়া হয়।

(২) খেলার সময় দুটি পা একটু ফাঁক করে নিজের শরীরের ভারসাম্য বজায় রাখার শক্তি অবশ্যই অর্জন করতে হবে।

(৩) খেলার সময় নিঃশ্বাস নেওয়া এবং প্রশ্বাস ছাড়া অবশ্যই স্বাভাবিক রাখতে হবে।

(৪) শরীর সুস্থ ও সবল রাখা, মন দৃঢ় করা প্রয়োজন।

(৫) হাতের কনুই ও কব্জি স্বাভাবিক রেখে ড্যাগার থ্রোইং করা উচিত।

(৬) ড্যাগারের হাতলে আগুন থাকাকালীন ড্যাগারগুলিকে চোখ থেকে একটু দূরে রাখতে হবে যাতে আগুনের হলকা চোখে না লাগতে পারে।

"বলের উপর বল ঘোরানো"

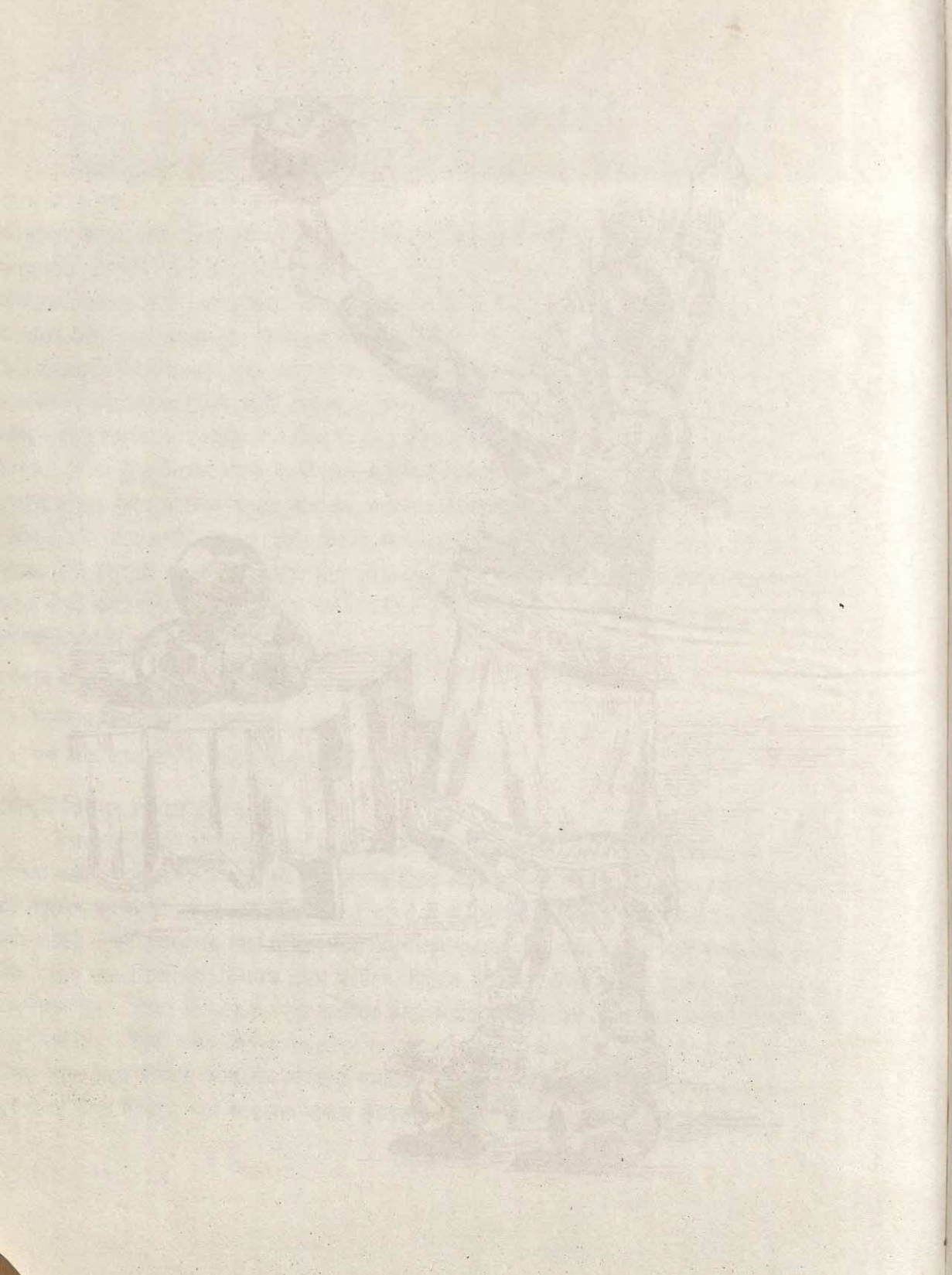
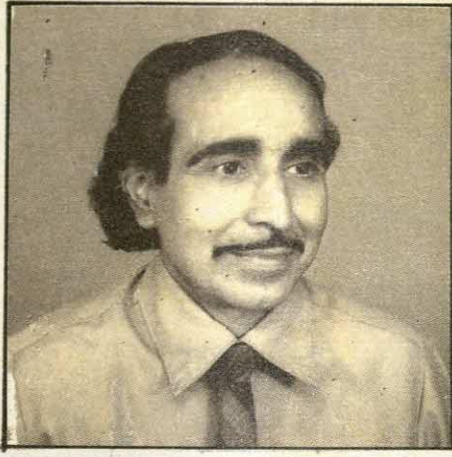
তিনটি ফুটবল দুহাতে লোফালুফি করতে করতে জাগলার আসরে এলেন। পরে দুটি ফুটবল মাটিতে রেখে আস্তে আস্তে ঐ দুটি ফুটবলের উপর দাঁড়ালেন এবং শরীরের ভারসাম্য বজায় রেখে ডান হাতের তর্জনী আঙুলের ডগায় বাকী ফুটবলটি বন্ বন্ করে ঘোরাতে লাগলেন। বাঁহাত পাশে ছড়িয়ে রেখে হাসিমুখে সহজভাবে খেলাটি দেখালেন। তারপর ঐ দুটি ফুটবলের উপর থেকে সামনের দিকে লাফ দিয়ে মাটিতে নামলেন। তখনও তর্জনী আঙুলের ডগায় ফুটবলটি বাঁ দিকে থেকে ডান দিকে ঘুরে যাচ্ছিল। ঐ অবস্থায় জাগলার নেচে নেচে হেলে-দুলে দর্শকদের আসরে ঢুকে পড়লেন। শিশু ও তরুণের দল আনন্দে হৈ হৈ করে উঠে হাততালি দিতে লাগল। সুন্দর পরিবেশ গড়ে উঠল। পরে জাগলার খেলার আসরে এসে দশ ইঞ্চি লম্বা এক ইঞ্চি চওড়া কাঠের তৈরী একটি প্লেট মুখে চেপে ধরে আস্তে আস্তে ঘুরন্ত বলটি প্লেটের মাথায় ঐ ঘুরন্ত অবস্থাতেই রেখে দিলেন। বলটি তখনও বন্ বন্ করে ঘুরে যাচ্ছিল। শুধু তাই নয় জাগলার বলটিকে এমন ভাবে উপরের দিকে ছুঁড়ে দিলেন যাতে বলটি জাগলারের পিঠ ও কাঁধের সংযোগস্থলে এসে পড়ল। দুটি হাত দুপাশে ছড়িয়ে দিয়ে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। আবার শরীরের সাহায্যে বলটিকে এমনভাবে উপরের দিকে ঠেলে দিলেন যাতে বলটি পুনরায় প্লেটের জগায় এসে পড়ল। পরে জাগলার বলটিকে একজন দর্শকের হাতে দিলেন এবং অনুরোধ করলেন তাঁর দিকে ছুঁড়ে দিতে। মজার ব্যাপার হল দর্শকটি ঠিক এমনভাবে ছুঁড়ে দিলেন যাতে বলটি কাঠের প্লেটের ডগায় এসে পড়ল। জাগলার বলটি প্লেটের সাহায্যে ব্যালেন্স করতে লাগলেন। দর্শকগণ আনন্দে হাততালি দিয়ে উঠলেন।

খেলার উপকরণ ঃ

(১) চামড়ার তিনটি সাধারণ ফুটবল।

(২) দশ ইঞ্চি লম্বা ও এক ইঞ্চি চওড়া একটি পাতলা কাঠের প্লেট।

খেলাটি কিভাবে শিখতে হবে ঃ

চামড়ার তিনটি সাধারণ ফুটবল আনতে হবে অনুশীলন করার জন্য। দুটি ফুটবলের পাম্প একটু হালকা করে রাখতে হবে। কারণ ঐ দুইটি ফুটবলের উপর দাঁড়ালে শরীরের ভারসাম্য যাতে বজায় রাখা যায়। এই ব্যালেন্স খুব ভালভাবে আয়ত্তে এসে গেলে তবেই ঐ দুটি ফুটবলের উপর দাঁড়িয়ে আর একটি ফুটবলকে ডান হাতের তর্জনী আঙুলের সাহায্যে ঘোরানো অনুশীলন করতে হবে। মনে রাখতে হবে বলটি সবসময় বাঁ দিক থেকে ডান দিকে ঘুরবে। প্রথম প্রথম মাটিতে দাঁড়িয়ে আঙুলের উপর বলটি ঘোরানো খুব ভালভাবে অনুশীলন করতে হবে। ঐ ঘুরন্ত অবস্থায় বলটিকে নিয়ে সামনের দিকে চলা এবং পিছন দিকে পিছিয়ে আসা অনুশীলন করতে হবে। যখন ব্যালেন্স ভালভাবে আয়ত্তে এসে যাবে তখন মাটির উপর দুটি ফুটবল রেখে তার উপর লাফ দিয়ে দাঁড়িয়ে আঙুলের সাহায্যে বলটিকে ঘোরানো অনুশীলন করতে হবে ভালভাবে। আগে ফুটবলের উপর দাঁড়িয়ে পরে আঙুলের মাথায় ফুটবল ঘোরানো অনুশীলন ও প্রদর্শন করলেও চলে।

শ্রী অভয়পদ মিত্র ১৯৩৯ সালের ২রা জানুয়ারী হুগলী জেলার কুমীরমোড়া গ্রামে জন্মগ্রহণ করেন। বর্তমানে ইনি ইউকো ব্যাঙ্কের ডেভালপমেন্ট অফিসার পদে কর্মরত। শৈশব কালে পিতা ˚ কালোসোনা মিত্রের কাছ থেকে জাগলিং শিক্ষা লাভ করে বর্তমানে দেশে ও বিদেশে জাগলিং প্রদর্শন করে প্রভূত খ্যাতি অর্জন করেছেন। মাদার টেরেজার কাছ থেকে "গ্রেট এনটারটেনার অফ চিলড্রেন" উপাধি লাভ করেছেন। বিশ্ববিখ্যাত সত্যজিৎ রায় রচিত এবং শ্রী সন্দীপ রায় পরিচালিত "গুপী বাঘা ফিরে এলো" ছবিতে জাগলিং প্রদর্শন করেছেন। অল ইণ্ডিয়া ম্যাজিক সার্কেলের পক্ষ থেকে "পি. সি. সরকার" ট্রফি পেয়েছেন। ফ্রান্সের প্যারিস শহরে ইন্টারন্যাশনাল পাইওনিয়ার্স ক্যাম্প কাম ফেষ্টিভ্যালে জাগলিং প্রদর্শন করে বিশ্বের দরবারে ভারতের মুখোজ্জ্বল করেছেন। শ্রীমিত্র বর্তমানেও তাঁর দল নিয়ে "আর্টিষ্টিক জাগলিং" নিয়মিত প্রদর্শন করে চলেছেন। দিল্লী, কলিকাতা ও পণ্ডিচেরী দুরদর্শন কেন্দ্রে শ্রীমিত্র অত্যন্ত পরিচিত মুখ। বর্তমানে ইনি শারীরিক ও মানসিক প্রতিবন্ধী শিশুদের কল্যাণকল্পে সারা ভারতবর্ষে অক্লান্তভাবে জাগলিং প্রদর্শন করে চলেছেন। শুধু তাই নয়, শিশুদের শারীরিক স্বাস্থ্যের সঙ্গে মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নতি করার জন্য দেশে ও বিদেশে লক্ষ লক্ষ শিশুর কাছে জাগলিং প্রদর্শন করে তাদের মনে আনন্দ ও একাগ্রতা বাড়িয়ে চলেছেন।